o corpo, o comer e a comida

um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo

o corpo, o comer e a comida

um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo

LIGIA AMPARO DA SILVA SANTOS

EDUFBA
2008

Capa
Lúcia Valeska Sokolowicz

Imagens da Capa
morguefile.com

Projeto Gráfico e Editoração
Lúcia Valeska Sokolowicz

Revisão
A autora
Flávia Rosa

Biblioteca Central Reitor Macedo Costa - UFBA

Santos, Ligia Amparo da Silva
O corpo, o comer e a comida : um estudo sobre as práticas corporais alimentares cotidianas a partir da cidade de Salvador - Bahia. / Ligia Amparo da Silva Santos. - Salvador : EDUFBA, 2008.
330 p.

ISBN 978-85-232-0503-4

1. Nutrição - Aspectos sociais - Salvador (BA). 2. Corpo humano -Aspectos sociais. 3. Hábitos alimentares. 4. Educação nutricional. 5. Imagem corporal 6. Alimentos - Composição. I. Título.

O conteúdo desta obra foi aprovado pelo Conselho Científico da FAPESB.

EDUFBA
Rua Barão de Jeremoabo, s/n Campus de Ondina
40170-290 Salvador Bahia
Tel: (71) 3283-6160/6164
edufba@ufba.br www.edufba.ufba.br

No tabuleiro da baiana, o corpo, o comer e a comida....

Conheci Ligia no Programa de Estudos Pós Graduados em Ciências Sociais da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo e aí tive o privilégio de ser sua orientadora. Este termo parece desmesurado, pois na verdade, Ligia já trazia todas as competências para realizar um bom doutorado: clareza, entusiasmo, seriedade, dedicação, curiosidade intelectual aliada à abertura corajosa para novos vôos. No seu processo de doutoramento fui uma interlocutora interessada. Assim, apresentar o seu livro é sem dúvida um prazer, como também será prazeroso e proveitoso para os leitores percorrer esta obra.

Tendo em vista o tema deste excelente trabalho, não posso perder a chance de dizer que o livro é um prato de substância.

O corpo tem sido, especialmente nos últimos anos, tema de copiosa e diversificada bibliografia; acadêmicos e não acadêmicos têm discutido o tema. Também o comer e a comida extrapolaram dos livros de receita e da reflexão especializada, para a mídia em geral. Sensível a essas preocupações contemporâneas, ou a esta retomada explosiva, Ligia não apenas as acolheu como soube recriá-las transformando-as em um objeto de reflexão interdisciplinar. A partir de uma formulação nuclear foi ampliando o tema num movimento fluido de círculos concêntricos.

Se o apelo da realidade estava por toda a parte, na mídia, nos nossos círculos de convívio e em nós mesmas, a resposta intelectual da autora a esse apelo não se fez de uma sentada. Ao contrário, entre insigths, leituras e discussões o tema foi sendo pouco a pouco criado, até surgir como projeto, se desenrolar na pesquisa e finalizar neste livro.

Segundo as palavras da autora em um dos seus ótimos trabalhos acadêmicos: "assinalar quando um problema foi formulado é uma tarefa muito difícil uma vez que a opção por um tema/problema engloba parcelas da nossa trajetória intelectual como também da nossa história de vida". Aponta, também na sua introdução a este livro, que desde o final dos anos de 1980 as questões ligadas ao corpo a preocupavam e, como docente, viveu e conviveu com pessoas que mostravam não apenas preocupação com o corpo, mas que buscavam manipular suas dietas, pedindo "dicas" à professora; tudo isso lhe revelava a existência de

sofrimentos e angústias. Fala do primeiro insight quando em 1999 participava em São Paulo do II Congresso Brasileiro de Ciências Sociais em Saúde. Como diz a autora, sua trajetória na área de nutrição e no campo da saúde pública, onde a temática privilegiada era a da fome e da desnutrição, parecia indicar a questão do "modo das pessoas lidarem com o corpo" como "irrelevante". Quanto mais pensava sobre a questão, entretanto e, quanto mais se dava conta de como as pessoas se preocupavam com o corpo, tanto mais percebia que o tema estava longe de ser irrelevante. A convergência do discurso da saúde e do discurso estético como que mascaram aquilo que realmente mobiliza as pessoas para agirem sobre seus corpos e suas dietas. Seu esforço foi o de enxergar por trás da máscara. A bem escolhida epígrafe que abre o livro indica seus parâmetros: "Não há dietética inocente. Ela informa sobre a vontade de ser e de se tornar, sobre as categorias arquetípicas de uma vida, de um pensamento, de um sistema, de uma obra"[1].

Pouco a pouco, como disse, a autora foi alargando seu campo e fazendo entrecruzar abordagens; nas suas palavras, fez um "pulo da cerca": das abordagens encerradas numa perspectiva unilateral para abordagens mais abrangentes. O "pulo da cerca" se deu de várias maneiras, não só buscou escapar de amarras disciplinares e disciplinadas, como soube trazer para seu ativo, formas de pensar de outras áreas. Como apresentou em um dos seus trabalhos acadêmicos, inicialmente as "referências das ciências sociais e humanas não estavam presentes na constituição da 'alma' do projeto". Continua: "suponho, com o olhar de hoje para o passado recente, que as ciências sociais estavam participando do projeto apenas emprestando o seu instrumental metodológico" [2]. Também nas suas palavras, se esforçou para superar esta relação de superfície e incorporar o pensamento das chamadas ciências sociais, a sua lógica, ampliando assim, as suas indagações. "Resolvi correr o risco de pular a cerca". Ligia buscou, enfim, recompor a complexidade crescente do seu tema em mais de um aspecto.

Esta busca se reflete no livro. Extenso e abrangente acaba por cumprir também múltiplas funções: é uma aproximação inteligente de um tema contemporâneo e bastante explorado, mas do qual apresenta um recorte original; é um livro de referência para quantos se debruçarem sobre o tema, permitindo que cientistas sociais se encontrem com as abordagens vindas do campo biológico (num sentido lato); é um livro de referência para os estudiosos do campo da biologia e da saúde que lhes permitirá igualmente escapar dos limites disciplinares; é um texto precioso do ponto de vista metodológico e

profundamente interessante, nas interpretações que avança; isto, sem falar da riqueza das entrevistas; finalmente, é um livro que oferece uma vasta bibliografia que sem dúvida poderá ajudar outros estudiosos.

Alguns leitores poderão achar o tamanho do livro excessivo; mas desafio qualquer crítico a cumprir uma tarefa que envolve tantas imbricações sem perder a complexidade ou banalizar o tema, com um número menor de páginas.

De fato, Ligia apresenta reflexões sobre a problemática do estudo, falando do corpo na contemporaneidade, a abordagem nas ciências sociais e nas ciências da nutrição; passa rapidamente pelas questões de gênero, saúde e envelhecimento e "entrecruza universos temáticos". As dimensões sociais inevitavelmente presentes nas questões do comer e da comida, são colocadas no ambiente cultural o que permite uma análise compreensiva. Falando a partir de Salvador na Bahia, avisa que não está fazendo um trabalho de caráter "regionalista", e sim buscando uma dimensão "inter-relacional" num tema que escapa do local para ser invadido por um processo de mundialização. As entrevistas realizadas com homens e mulheres naquela cidade, resultaram em 427 páginas transcritas, cuidadosamente analisadas e criteriosamente citadas no livro.

Lígia introduz conceitos preciosos como o de "lightização" da existência e de cacofonia alimentar e é aí que Salvador ilumina estas inter-relações na medida em que faz conviver o *light*, o *fast-food,* o "gosto baiano" e as pinceladas "afro-barrocas". De Lipovestky empresta a noção de anarquia alimentar, complementada pela noção de cultura gastro-anômica de Fischler (com o qual teve a oportunidade de estudar na França).

O livro "O corpo, o comer e a comida: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares cotidianas no mundo contemporâneo" é enfim, um texto que traz uma contribuição inegável à reflexão sobre a contemporaneidade.

Finalizando, gostaria de assinalar que talvez uma das melhores vantagens de estar numa Universidade seja exatamente a possibilidade de conhecer pessoas e idéias e um dos benefícios colhidos pelo professor é a oportunidade de dialogar com mestrandos e doutorandos e participar de modo mais ou menos intenso das suas Teses e Dissertações. Por tudo isso é que me alegro de apresentar mais este livro, ao qual tive acesso privilegiado.

Boa leitura!

Maria Helena Villas Boas Concone

Antropóloga, Professora Doutora do Programa de Estudos Pós-Graduados em Ciências Sociais da PUC-SP.

Notas

[1] SANTOS, Ligia Amparo da Silva. O pulo da cerca: as trilhas de construção de um problema de pesquisa. 2003. Não publicado.

[2] Ibidem.

“Não existe dietética inocente. Ela informa sobre a vontade de ser e de se tornar, sobre as categorias arque típicas de uma vida, de um pensamento, de um sistema, de uma obra”.

Michel Onfray

Sumário

Notas introdutórias

Inicialmente, cabem algumas considerações sobre o ponto de partida da elaboração deste projeto. É difícil assinalar quando um projeto ou uma idéia surge, uma vez que a opção por um tema/problema mobiliza muitas questões, incluindo parcelas da nossa trajetória intelectual e da nossa história de vida. Poderia marcar o início da minha inquietação em relação às questões do corpo no final dos anos de 1980, quando ainda trabalhava no campo de educação física. Lembro que esse foi o período em que se proliferaram as academias de ginástica na cidade de Salvador. Naquele momento, observava curiosamente como as pessoas se preocupavam com os seus corpos, envolvendo certo grau de stress, sofrimento e angústia. Estas pessoas já manipulavam as suas dietas, todavia, a minha preocupação com a relação às práticas alimentares veio posteriormente com a minha inserção no campo da nutrição.

Esta inquietação inicial só vem a se conceber como uma possibilidade de estudo durante o II Congresso Brasileiro de Ciências Sociais em Saúde, em São Paulo, em dezembro de 1999, com a seguinte questão de partida: como as pessoas estão traduzindo para o seu cotidiano as recomendações e prescrições em relação à dieta frente à tamanha informação que temos acesso e ainda a sua relação com a saúde? Um segundo momento de elaboração da idéia se deu com a minha participação no Curso de Metodologia em Pesquisa sobre Gênero, Sexualidade e Saúde Reprodutiva promovido pelo Programa de Estudos em Gênero e Saúde (MUSA)/UFBA/Fundação Ford em 2001, quando as categorias corpo e gênero integraram à inquietação científica resultando em um projeto de pesquisa. Este projeto já dava sinais de que ele não se situava na área de saúde exclusivamente. Havia, então, incorporado alguma literatura do campo das ciências sociais e humanas por entender que os recursos das ciências da saúde já não eram suficientes para responder as perguntas que me inquietavam.

Foi desta maneira que decidi apresentar este projeto para a seleção do Curso de Doutorado do Programa de Estudos Pós-Graduados em Ciências Sociais na PUC/SP. A partir daí, apropriando-me dos recursos das ciências sociais e humanas, o projeto foi tomando novos contornos e direções. Percebi que o

mesmo incorporava no seu cerne as ciências sociais e humanas não mais que o empréstimo das suas ferramentas metodológicas que se convencionou em chamar, dentro da área de saúde particularmente, de campo das "pesquisas qualitativas". Com o transcorrer desta caminhada pelas searas das ciências sociais e humanas, tenho assim descoberto que pensar neste objeto de uma maneira sócio-antropológica, não seria uma questão de "agregar" conteúdos novos – o componente social, por exemplo –, e sim seria reorganizar a forma de fazer ciência e de pensar a relação dos seres humanos com a sociedade dentro do seu contexto histórico e social.

Um outro marco importante nesta trajetória foi a experiência do Programa de Estágio de Doutorado no Exterior (PDEE), com apoio da CAPES, no *Centre des Études Transdisciplinaires Sociologie, Anthropologie, Histoire* na *École des Hautes Études en Sciences Sociales* (CETSAH/ EHESS) que também contribuiu para aprimorar as reflexões sobre os temas envoltos no projeto, aproximando-o de outras vertentes de discussão e ainda enriquecendo a literatura utilizada na pesquisa. Além disso, as vivências pessoais na cidade – não só em Paris, como também em São Paulo –, a interação com os corpos circulantes e as paisagens alimentares também funcionaram como fontes de frutíferas reflexões sobre o tema em estudo. Esta experiência também contribuiu para ampliar a discussão do corpo e do comer na cidade de Salvador pensando nos processos globais que por ela passam interagindo com as suas tradições.

O estudo parte da cidade de Salvador e, ao apurar as lentes do estudo sobre esta cidade, tal escolha não significou desenvolver um trabalho "regionalizado". O intuito foi também analisar o contexto nacional a partir deste espaço, inter-relacionando "baianidades" e "brasilidades" e os "cidadãos do mundo". Ou seja, como os soteropolitanos pensam os seus corpos e as suas práticas alimentares modernas, como traduzem para as suas vidas, considerando ainda o arcabouço histórico cravado nestes corpos e nestas comidas. Desta maneira, este projeto se propôs a vasculhar as especificidades desta problemática no contexto soteropolitano sendo, ao mesmo tempo, local, nacional e mundial.

Este livro está dividido em seis capítulos. O primeiro é dedicado a uma reflexão sobre a problemática de estudo no campo das ciências sociais no mundo contemporâneo. Procura entrecruzar os universos temáticos do corpo e do comer e, em menor grau, algumas questões de gênero. No capítulo II, consideram-se as questões do estudo em si, os seus desafios metodológicos, os múltiplos recortes do objeto, e os percursos metodológicos desenvolvidos.

É incluído neste capítulo um panorama da cidade de Salvador, a velha cidade da Bahia, trazendo elementos sobre a cidade, seus corpos e a comida considerados relevantes para o estudo.

O capítulo III descreve os itinerários percorridos pelos entrevistados nas suas tentativas de promover mudanças nas práticas corporais e alimentares. O objetivo foi fornecer um panorama mais ampliado do universo empírico no qual os contextos das práticas se conformaram. O capítulo IV trata sobre as práticas corporais e a atividade física e está subdivido em duas partes: a primeira refere-se ao corpo e a corporalidade, suas representações, sentidos e significados; bem como as formas de classificar o corpo morfologicamente, que serão discutidos a partir dos discursos dos sujeitos. A segunda parte está consagrada ao corpo em movimento explorando alguns aspectos sobre as mudanças e permanências das práticas de atividade física dos sujeitos. Terá, como pano de fundo, elementos sobre o trabalho, lazer e atividade física no contexto soteropolitano, no bojo desta sociedade lipofóbica que proclama uma espécie de "política" de emagrecimento dos corpos.

O capítulo V é dedicado às mudanças e permanências das práticas alimentares expressas pelos sujeitos, tendo em vista que tais fenômenos estão em consonância com os processos de modernização da cidade de Salvador. O capítulo contempla três momentos. O primeiro discute quatro perspectivas de lidar com o comer, construídas a partir de um processo de categorização dos discursos dos entrevistados em uma difícil tentativa de aproximar as singularidades alimentares dos sujeitos, o que não significou uma homogeneização das práticas discutidas. Em seguida, aborda alguns aspectos fundamentais que estão relacionados com o processo de mudanças das práticas alimentares: a noção de reflexividade alimentar, a cacofonia alimentar, processo de reaprendizagem alimentar, o controle da fome e dos desejos, bem como a reconstrução do gosto e das sensibilidades alimentares em direção do que aqui é caracterizado de gosto *light*. O gosto *light* se instala na cidade inter-relacionando com o gosto alimentar "baiano" com suas marcas afro-barrocas e o gosto do *fast food*, um gosto mundializado. Por fim, aborda breves considerações sobre estas mudanças no plano coletivo em relação às questões sociais, étnicas e de gênero.

O capítulo VI diz respeito à reinvenção da comida, da alimentação e dos alimentos, analisando as transformações e permanências nas práticas culinárias e do uso dos gêneros alimentícios com o intuito de se adaptar às novas demandas do comer *light*. O capítulo está subdividido em cinco partes. No primeiro

abordam-se brevemente aspectos sobre a culinária denominada como "brasileira" e também a "baiana" e os seus rumos em direção a um processo aqui denominado de *lightização* da culinária e do comer. Algumas breves considerações sobre o acarajé não poderiam deixar de ser comentadas, uma vez que se trata de um símbolo alimentar importante para a cidade. Em seguida, são estudadas algumas mudanças nas preparações culinárias na direção de uma alimentação mais saudável tratando algumas considerações sobre a feijoada, em especial a feijoada baiana. A parte conseguinte trata de alguns gêneros alimentícios mais representativos nas refeições dos brasileiros e soteropolitanos, assim como as suas transformações de sentidos e significados distribuídos nas suas principais refeições. A penúltima parte versa sobre as representações dos nutrientes neste contexto contemporâneo alimentado pela difusão científica de informações sobre os mesmos, focando, em especial, os mais polêmicos que são as gorduras e o colesterol. Por fim, as considerações finais tratam das classificações dos alimentos entre bons e ruins, saudáveis e não saudáveis, nutritivos e não nutritivos e outras formas taxionômicas no bojo destes novos paradigmas alimentares.

Nas considerações finais da obra, no lugar de fincar conclusões, traz outros questionamentos que ficaram abertos ou que foram gerados no decorrer da investigação, assim como retoma alguns outros aspectos de desafios e limites do estudo. Por fim, a construção deste trabalho se constituiu em um profundo e difícil exercício de transdisciplinaridade no qual se procurou trilhar alguns passos nesta direção.

Cabe ainda ressaltar que o presente livro foi construído a partir da minha tese de doutoramento, apresentada ao Programa de Estudos Pós-Graduados em Ciências Sociais na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, em maio de 2006. Sou imensamente grata a todas as pessoas que participaram da construção deste trabalho, em especial: a minha orientadora no doutorado, Maria Helena Vilas Boas Concone, pela sua acolhida, estímulo e, acima de tudo, a confiança que depositou neste projeto; a Claude Fischler, por ter me recepcionado e possibilitado a minha estadia no CETSAH/ EHESS - França onde ampliei meus horizontes para este estudo.

Agradeço ainda a toda comunidade acadêmica de Escola de Nutrição da Universidade Federal da Bahia, pelo apoio e solidariedade, em especial, às colegas e amigas Maria do Carmo Soares Freitas que me estimulou intensamente para esta empreitada, abrindo os caminhos do saber que hoje transito; Sandra Maria

Chaves dos Santos e Edileuza Nunes Gaudenzi que, de longe ou de perto, sempre estiveram presentes nos meus caminhos apostando e confiando nas trajetórias por mim percorridas. À comunidade acadêmica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, também sou grata, pelas possibilidades que me ofereceu para mergulhar neste campo do saber. Este trabalho também não se conceberia sem o apoio da CAPES que concedeu a bolsa de estudos possibilitando a realização deste Curso de Doutoramento, assim como, através do Programa de Estágio no Exterior, uma valiosa experiência junto ao *Centre des Études Transdisciplinaires Sociologie, Anthropologie, Histoire/École des Hautes Etudes en Sciences Sociales* – CETSAH/EHESS – Paris, França.

Aos meus familiares, em especial, a minha irmã Ana Luzia que, dentre outras coisas, trabalhou neste projeto nas transcrições das entrevistas e nas revisões finais; e minha mãe que sempre esteve ao meu lado apoiando e confiando no meu trabalho, além de ceder inúmeras informações valiosas sobre as práticas culinárias e alimentares desenvolvidas na cidade de Salvador nas décadas anteriores. Aos meus amigos, amigas e colegas, os já existentes e os que eu encontrei neste caminho que, de algum modo, fizeram parte desta história, rendo a minha incomensurável gratidão. Por fim, deixo também o meu agradecimento aos entrevistados e entrevistadas que disponibilizaram o seu tempo e confiança para revelar parte das histórias de suas vidas que compuseram este trabalho.

Capítulo I

Reflexões sobre a tríade corpo, comer e comida

O corpo e o comer no campo das ciências sociais

No início do século XXI, já é possível afirmar que o corpo se constitui em uma temática relevante no campo das ciências sociais, tema que começou a se conformar enquanto objeto de estudo a partir dos meados do século XX. O explosivo número de publicações sobre o tema relacionando com as mais diversas temáticas: corpo e conhecimento, corpo e gênero, corpo e arte, corpo e história, corpo e tecnologia, dentre inúmeros outros; são evidências que constatam tal processo.

No entanto, dentre estas inúmeras maneiras contemporâneas de se aproximar do corpo, a relação corpo e práticas alimentares não tem tido muita relevância. Pode-se encontrá-la, por exemplo, nas discussões sobre o culto ao corpo, nas quais a dieta se apresenta como um aspecto importante, ou ainda nas discussões sobre o fenômeno da anorexia/obesidade. Todavia, trata-se de uma relação ainda muito incipiente, não aprofundando as suas especificidades.

É importante ressaltar que a comida participa da construção do corpo não só do ponto de vista da sua materialidade como também nos aspectos culturais e simbólicos. O alimento se diferencia de outras formas de consumo porque ele é literalmente incorporado, atravessando as fronteiras do *self*. Como afirma Fischler (2001, p. 66), "nós nos tornamos o que nós comemos" Trata-se de uma relação profundamente íntima, realizada cotidianamente, um exercício que implica em risco e confiança (Korsmeyer, 2002). As elaborações atuais sobre o comer compreendem que esta ação tem deixado de ser vista apenas como formas de expressão e afirmação de identidades sociais para se inscrever no centro do processo de construção da própria identidade (Poulain, 2003).

Em um breve percurso pela literatura internacional, pode-se observar que a sociologia e/ou antropologia da alimentação é um campo que vem se conformando em alguns países. Na França, a partir dos anos 1970, alguns sociólogos e antropólogos começaram a pensar sobre o tema como objeto central de seus trabalhos a exemplo de Igor de Garine, Claude Fischler, Annie Hubert e Jean-Pierre Poulain dentre outros. Para esses autores, a relação entre os seres humanos e os alimentos é complexa e vai além do domínio puramente biológico. Assim, as práticas alimentares são, sobretudo, práticas socialmente construídas e que possuem uma marca identitária da cultura de uma sociedade. Estes autores têm como uma das questões centrais as transformações e

permanências das práticas alimentares no mundo contemporâneo, focando as influências da mundialização, da industrialização e os novos modos de vida sobre estas práticas. Interessa também como são interiorizadas as normas e regras alimentares.

Uma questão mais recente que também preocupa os franceses é questão do risco alimentar. Trata-se de um paradoxo: no momento em que as sociedades ocidentais conquistaram uma situação de segurança alimentar jamais vista na história, observa-se uma exacerbação do risco em relação ao comer. Eventos como a crise da "vaca louca" e mais recentemente os alimentos transgênicos, mais recente ainda, a crise que vem sendo provocada pela gripe aviária parecem estar suscitando mais fortemente esta reflexão.

Na França, um país em que a gastronomia é uma importante marca da identidade nacional, o seu contraponto nos estudos é a cultura alimentar americana. A relevância dos problemas da obesidade nos Estados Unidos, como, ainda em menor grau, a anorexia e bulimia, juntamente com as relações que a epidemiologia têm feito destes problemas com as práticas alimentares, têm sido elementos centrais para o desenvolvimento do campo das ciências sociais e alimentação. As relações entre comida e corporalidade como também gênero parecem se apresentar com mais veemência entre os americanos do que entre os franceses. Em um breve olhar, é como se o motor para a discussão sobre alimentação nos Estados Unidos fosse o fenômeno da obesidade e anorexia que ameaça a saúde da população americana, e na França fosse a "ameaça" que sofre as práticas alimentares francesas que representaria, por sua vez, uma ameaça a sua própria identidade. Todavia, a temática da obesidade tem se tornado relevante para os franceses recentemente.

Refletindo brevemente sobre a temática no contexto brasileiro, é importante lembrar que a relação entre as ciências sociais e a alimentação não é recente. Basta-nos recordar a produção nos meados do século XX, de Josué de Castro, delineando a geografia da fome no país, Luís da Câmara Cascudo, com a sua obra sobre a história da alimentação no Brasil, assim como, um pouco anteriormente, encontram-se algumas aproximações nas obras de Gilberto Freire em relação à cultura alimentar brasileira.

No entanto, as situações de insegurança alimentar que perseguem a história deste país até os dias atuais fizeram com que, especialmente a partir da metade dos anos 1970, as condições de vida e saúde das camadas trabalhadoras se configurassem como tema central dos estudos correlacionados ao campo da

alimentação e nutrição. Temas como representações sociais, tabus alimentares e modificação dos hábitos alimentares também fizeram parte do contexto científico particularmente em estudos em comunidades (Canesqui, 1988), embora de maneira marginal.

A partir dos anos 1990, o tema da segurança alimentar emerge provocando produções científicas que visam compreender a situação alimentar e nutricional da população brasileira. Chamam a atenção dois aspectos. O primeiro é a interseção destes trabalhos com o chamado 'campo das pesquisas qualitativas' que tem aberto algumas possibilidades para outras abordagens sobre o comer ainda que de forma incipiente. O segundo é o que o crescimento da prevalência da obesidade e do sobrepeso em todas as classes sociais no Brasil tem posto em cheque a forma de discutir a questão alimentar muito centrada na questão do acesso insuficiente aos alimentos.

Assim, a questão alimentar contemporânea começa a despontar como um problema científico no Brasil, o que se constitui em um grande desafio: tem-se uma grande parcela da população ainda afetada pelos problemas da privação alimentar e que vivencia simultaneamente os problemas alimentares contemporâneos, pois estes estratos sociais não estão excluídos das influências do mundo moderno. Relacionando com a questão corporal, um segundo desafio aparece: diz respeito à pluralidade étnico-racial dos corpos que coabitam o espaço brasileiro gerando uma pluralidade de padrões corporais, e a sua interação com os fenômenos modernos de culto ao corpo que afunilam para um padrão particular: o corpo magro.

Em suma, a complexa relação entre o corpo e a alimentação continua sendo um desafio para a ciência. Tendo em mente este contexto, a problemática deste estudo entrecruza, em primeira instância, dois universos temáticos essenciais: o corpo, a dieta – e, em menor grau, gênero –, considerando também as diferenças das classes sociais como pano de fundo. Seguem algumas considerações sobre cada um destes temas que compõem o cenário da problemática.

Considerações sobre o corpo na contemporaneidade

Conforme já mencionado anteriormente, as reflexões sobre as questões do corpo ganham terreno ao longo do século XX, intensificada no seu final, e alcançam o século XXI de uma forma talvez jamais vista em outros momentos da história. No entanto, é sempre importante destacar que as preocupações do

homem em relação ao seu corpo não é um fenômeno recente. O corpo tem sido pensado, representado e objeto de ação ao longo da história da humanidade de alguma maneira. O que aqui interessa é pontuar as especificidades destas questões no mundo contemporâneo.

Por exemplo, as novas formas de representar o corpo considerando o papel da mídia e da tecnociência. A intimidade do corpo nunca tinha sido tão exposta e explorada, seja em relação à sexualidade seja em relação ao seu interior[1]. Partindo das dissecações do corpo que marcaram a emergência da anatomia moderna por volta do século XVI, as suas imagens internas estão sendo reveladas com o apoio de um aparato tecno-científico que as produzem - radiografias, ultra-sonografias, ressonâncias magnéticas, dentre outros. Definitivamente, tais tecnologias mudam as formas de ver o corpo muitas vezes até confundindo o mundo virtual e o mundo real. Nada em relação ao corpo pode ficar escondido do olhar.

A biotecnologia também tem oferecido suporte para as novas formas de manipulação do corpo. Cirurgias plásticas, implantes, transplantes, cirurgias para mudanças de sexo, enfim, multiplicam-se as possibilidades de intervenções que se pode fazer no corpo. A anatomia não já é mais o destino, lembra Le Breton (2003). Estamos diante de uma antropomorfia, reconstrução completa da corporalidade em que há exibição contínua da transformação: quanto mais transformado, mais válido é (Couto, 2004). Acrescem-se ainda as evoluções no campo da engenharia genética e das técnicas de reprodução artificial que trazem múltiplas questões éticas sobre a vida confundindo até onde ela começa e onde termina.

O corpo no mundo moderno

Diferentes autores discutem os sentidos do corpo no mundo contemporâneo relacionando com os valores atuais tais como Anthony Giddens, Christopher Lasch, Richard Sennett, Zygmunt Bauman, Gilles Lipovetsky, dentre outros. Longe de partilharem as mesmas posições sobre o tema[2], pode-se afirmar que os autores convergem na idéia do corpo enquanto um objeto privilegiado da reflexão sobre a vida social e a condição humana no mundo contemporâneo. Compartilham também a discussão do corpo como algo em construção permanente do próprio ser. O corpo então não está sendo visto uma entidade passiva que portamos e sim “um sistema de ação, um modo de práxis”. É na construção do corpo que construímos também a nossa

identidade. A imagem corporal cada vez mais representa um espelho do *self*, em que a aparência e a essência se confundem (Giddens, 2002).

O mundo contemporâneo traz inúmeros elementos para o cenário no qual os corpos estão inscritos: a idéia da construção das identidades já referida, o hedonismo, o individualismo, os estilos de vida e a sociabilidade, questões que marcam o contexto atual e, conseqüentemente, as formas de lidar com o corpo. A modernidade altera radicalmente a natureza da vida social cotidiana e afeta os aspectos mais pessoais de nossa existência como afirma Giddens (2002). O "destino"do corpo deve ser controlado sob a luz dos conhecimentos e a sua construção deve ser cada vez mais reflexiva, uma tarefa submersa a uma diversidade de opções e possibilidades, outra marca fundamental do mundo moderno. Previsão e cálculo são palavras de ordem para o corpo. Em circunstâncias permeadas de múltiplas escolhas, mas também de incertezas, as noções de confiança e risco têm aplicações particulares (Giddens, 2002).

Cabe ressaltar que estas perspectivas modernas marcadas pelo individualismo, como recorda Castiel e Vasconcelos (2002), não se constitui na perspectiva predominante de muitos povos e culturas não ocidentais - como a Índia, China, regiões do Sudeste Asiático e da África que constitui cerca de 80% da população planetária - nas quais as identidades são construídas sob a édige dos imperativos familiares e do cumprimento de normas éticas fundadas, primordialmente, nos valores da coletividade, sobrepondo idéias de autonomia de "eus" (Castiel; Vasconcelos, 2002).

Este fator também é importante na discussão sobre estas questões no contexto brasileiro. Embora haja uma hegemonia do pensamento ocidental, é importante lembrar que na formação étnica brasileira há culturas não ocidentais que possuem outras perspectivas de pensamento em relação ao corpo e o *self*, a exemplo das culturas africanas. Isso deve resultar em características particulares no modo de pensar o corpo no Brasil.

O mito da saúde perfeita e a apologia ao bem estar

Prolongar a vida e a juventude, preservar o corpo e a saúde sempre foram preocupações da humanidade ao longo da história. As diferentes sociedades em distintos períodos sempre produziram tecnologias a serviço da preservação e do cuidado com o corpo. No mundo atual, tais práticas têm um aparato

científico, aliando a biologia e a informática em especial, que produz incessantemente novos recursos, tecnologias e produtos no intuito de alcançarmos o que Lucien Sfez denomina de 'saúde perfeita'. O mito da saúde perfeita é considerado por este autor como um dos mais fundamentais da condição humana, a terra sem mal e impurezas e uma assepsia dos corpos livres das doenças e de todos os males.

O conceito de saúde se reatualiza sendo entendido não como um dado e sim uma tarefa, não é mais um estado e sim a adoção de um conjunto de comportamentos que define a vida saudável. Saudável é sentir-se bem, leve, disposto e feliz. É o estilo *light* de se viver (Castiel; Vasconcelos, 2002). Vigarello (1999) aponta a questão do bem-estar como uma nova expressão que se impõe. Já não é suficiente afastar a doença nem mesmo apenas aumentar as resistências orgânicas, é necessário aprofundar um sentimento, aumentar os registros das sensibilidades, uma forma de experimentar o corpo. Trata-se de "um interminável e obscuro trabalho de busca do bem-estar" (Vigarello, 1999, p. 253) que se vincula a uma vertente hedonista. Tais perspectivas coadunam com a trilogia juventude-saúde-beleza na qual os discursos de saúde, os discursos estéticos assim como os discursos hedonistas estão em plena convergência.

Na discussão sobre a busca da saúde não se pode desconsiderar a questão do risco. A consciência do risco enquanto tal no campo da saúde, que se opõe ao fatalismo, deve-se, em parte, aos avanços da epidemiologia que, por sua vez, revoluciona a prevenção. Hoje, os fatores de risco orientam os regimes da vida. Nas práticas atuais de saúde não se age apenas sobre as causas diretas - como os micróbios, por exemplo -, mas também sobre as causas predisponentes (Vigarello, 1999).

Isso também altera a compreensão do que seja o risco. Não significa dizer que hoje se têm mais riscos que antes. Significa dizer que estamos mais informados sobre eles e eles conduzem as nossas ações de uma maneira diferenciada. Por outro lado, geram mais ansiedades e ampliam as responsabilidades e escolhas na medida em que adoecer passa a ser um cálculo inadequado dos riscos e fundamentalmente da ação sobre eles. Deste modo, desloca-se também as fronteiras de sensibilidade (por exemplo, entre o tolerável e o não tolerável) como também do que seja saúde e do que seja doença (Vigarello, 1999). Por exemplo, a obesidade considerada hoje como doença por ser um fator predisponente para algumas patologias, mesmo que outros indicadores de saúde - pressão arterial, níveis de colesterol, etc - contraponham tal afirmativa.

O risco então se refere aos acontecimentos futuros ligados à prática do presente, o que Giddens (1991; 2002) chamaria de "colonização do futuro". A estimativa de risco é um exercício permanente crucial para a colonização do futuro e o seu sucesso é limitado pelas incertezas que a ciência não conseguiu eliminar do cenário da vida.

O culto ao corpo e/ou autocuidado

A busca da saúde perfeita e a apologia ao bem-estar nos remetem a refletir sobre dois fenômenos: o autocuidado e/ou o culto ao corpo. São duas práticas corporais, que cada vez mais se confundem de maneira similar à convergência dos discursos da saúde, estéticos e hedônicos, e que, por sua vez, oferecem as condições concretas para a infinita busca do corpo idealizado.

O autocuidado é considerado como uma atividade nobre da mente humana, que envolve aspectos cognitivos, conscientes e volitivos, significando o cuidado consigo mesmo, com a saúde e com a aparência (Castiel; Vasconcelos, 2002). O culto ao corpo e/ou o autocuidado envolvem um conjunto de práticas cotidianas. A prática da atividade física e a promoção das práticas alimentares saudáveis são dois pilares fundamentais das orientações/recomendações/prescrições que regem esta nova maneira de lidar com o corpo. Deste modo, o corpo está mais próximo a uma matéria-prima bruta a ser permanentemente lapidada e moldada. Moldamos na própria carne as novas imagens corporais. Transformá-lo, cuidá-lo, torna-se um dos espaços mais importantes de realização pessoal.

A obtenção do corpo belo/jovem/saudável exige uma disciplina e dedicação, um trabalho constante de si para si. Lipovetsky (2000) destaca que tal tarefa engloba o culto à eficácia, o controle técnico voluntarista, a dimensão da aptidão, o treinamento infindável que deixa os corpos preparados e com a sensação do dever cumprido. Estas operações envolvem também a ansiedade, angústia e sofrimento com a tarefa de 'manter a forma' e 'nunca perder'.

Vale lembrar que tais prescrições adquirem uma certa uniformidade - através da mídia e da publicidade especialmente - e que estão cada vez mais direcionadas a todos os indivíduos do planeta, ultrapassando as inúmeras barreiras geográficas e culturais. Todavia, entendendo o corpo como espaço também de dominações e de resistências, é importante questionar como estes padrões corporais e de comportamento se relacionam e interagem com as diferentes culturas.

O corpo e as suas formas

É nas formas e dimensões corporais que se traduzem a materialidade destas questões. Le Breton (2002) destaca a condição humana enquanto uma condição corporal em que a existência do homem só se faz possível por meio das suas formas corporais que o colocam presente no mundo. As modificações de suas formas modificam também a definição de humanidade assim como a sua identidade pessoal e as referências que lhe dizem respeito diante dos outros.

A referência central do corpo contemporâneo é o corpo magro, leve, flexível e, ao mesmo tempo, rígido. Tal referência está submersa em um cenário no qual se encontram diferentes modalidades corporais: o corpo obeso, desnutrido, anoréxico e magro, musculoso, deformado, esculturado. Confronta-se também com os corpos femininos e os corpos masculinos, corpos negros e corpos brancos, corpos pobres e corpos ricos, jovens, adultos e envelhecidos, baixos e altos, dentre outras subdivisões e classificações. Trazemos no corpo todas as nossas marcas sociais identitárias. Por exemplo, dificilmente se confundiria o corpo musculoso do trabalhador braçal e o corpo musculoso das camadas médias cultuado nas academias de ginástica ou o corpo de modelos famosos. Le Breton (2002) ressalta o aparente paradoxo existente na valorização da muscularidade – a identidade é também construída nos músculos, diz o autor – ao mesmo tempo em que as tecnologias do trabalho vêm substituindo as atividades que exigem força.

O corpo é também o marketing de si mesmo. É na sua aparência, tonicidade, juventude e magreza que revelamos quem somos, a chave do sucesso, mas também do fracasso. Desse modo, a obesidade se apresenta como uma não conformação anatômica e funcional para o mundo contemporâneo. O estigma da obesidade, hoje classificada como uma patologia multifatorial como também preditora de múltiplas outras doenças, cada vez mais se acentua. Tomam contornos de uma espécie de monstro moderno, uma deformidade física (e também moral) não sendo mais tolerado socialmente. Contudo, resta saber como e por que os valores associados ao corpo gordo são diferentes de uma cultura para outra e modificam no tempo e no interior de uma mesma cultura.

Focando na experiência masculina, Lupton (1996) mostra que, no curso histórico, o sobrepeso masculino era associado ao poder, comando e temor, enquanto que o sobrepeso feminino era associado à maciez, passividade e

desamparo, sugerindo a necessidade de cuidado. Estas características simbólicas têm sido mudadas radicalmente. Um homem de meia idade obeso, especialmente com um depósito adiposo na região abdominal, expressa uma perda da juventude e do status social em muitos contextos.

Atualmente, a obesidade entre homens e mulheres, embora com diferentes graus de tolerância, tende a ser vista como o corpo não controlado e a inabilidade de controlar o apetite, entendida, portanto, como a incapacidade de controlar a si mesmo. Em contrapartida, o corpo delgado está associado ao controle e a racionalidade. Deste modo, gera-se também uma auto-estigmatização, uma exclusão de si mesmo, e uma intensa culpabilização social em relação aos seus prognósticos. Praticamente, só resta ao obeso uma opção: emagrecer a qualquer custo.

O corpo e o ato do emagrecimento

Dentro deste universo de infinitas modalidades corporais é que os indivíduos estão em busca da construção do corpo magro, uma questão chave para este estudo. Enquanto o corpo magro já significou um símbolo de fraqueza no século XIX, hoje, o ato de emagrecer é uma perseguição que cada vez mais se acentua nesta virada de século e atrai mais adeptos sobrepondo as distintas categorias de classe, etnia, gênero e geração. Não se trata apenas de um projeto para os portadores de obesidade ou sobrepeso, seu caráter universalizante é um marco.

Contudo, não basta ser magro, é necessário modular a silhueta e as proporções entre quadril, cintura e busto assim como fortalecer o tônus muscular. Fischler (2001) destaca que o que caracteriza os contemporâneos é o desejo do corpo absolutamente livre de todo traço de adiposidade, seja a que compõe os tecidos, seja a que circula como o colesterol. Só o músculo é nobre. A gordura não aparece mais como "uma reserva de segurança, signo de uma gestão econômica e racionalizada, e sim uma invasão parasitária, uma acumulação anormal e aproveitadora, uma retenção nefasta" (Fischler, 2001, p. 317).

Há evidências de que emagrecer é um imperativo central na vida de muitos indivíduos e cuja motivação principal pode ser de ordem estética. Esta muitas vezes conflita com as de ordem médica. Os métodos de emagrecimento têm sido questionados. Tem-se a disposição um verdadeiro exército industrial a serviço do emagrecimento, com seus chás, *shakes*, pílulas, programas, receitas e dietas que prometem milagrosos resultados como, por exemplo: "emagreça sete quilos em duas semanas". Encontram-se também neste universo inúmeras

convocações para o emagrecimento com mensagens hedônicas que centram no "sentir-se bem consigo mesmo". Emagrecer – e, fundamentalmente manter-se magro, um novo desafio – é abrir as portas para vários outros aspectos da vida: estando bem consigo mesmo, estará bem com os outros, com os amigos e com a profissão, enfim com o mundo. É um preditor para o sucesso amoroso, profissional, e a felicidade. Implica em mudanças nas relações sensuais com o próprio corpo. Ou seja, é uma proposta de reconstrução do eu a partir da reconstrução do corpo (Santos, 2003b).

Considerações sobre a dieta, o comer e a comida

Conforme já referido anteriormente, a dieta alimentar, ao lado da atividade física, se constitui em um dos pilares do projeto de construção do corpo do século XXI. A prescrição destas práticas engloba uma rotinização e, cada vez mais, uma interdependência na conquista do corpo ideal. No entanto, embora sejam preconizadas para serem desenvolvidas de forma concomitantes e conjugadas, as duas práticas reservam suas peculiaridades na sua ação cotidiana.

Um exemplo destacado por Santos (2003b) é como estas práticas penetram na rotina cotidiana. A atividade física, em termos gerais, necessita de espaço e tempo próprios na vida dos sujeitos para a sua efetivação e que, para muitos, geralmente tem se configurado no tempo do não trabalho. A dieta alimentar parece apresentar algumas diferenças em relação a estes aspectos uma vez que comer é uma das necessidades mais básicas do ser humano e, de alguma forma, os indivíduos historicamente reservam algum espaço e tempo nas suas vidas para esta atividade. Tratar-se-ia assim mais de uma reestruturação, adotando uma nova filosofia de comer, que está mais próxima a uma negação do que uma afirmação de uma nova prática. Não se trata apenas de uma decisão diária, é uma decisão que se faz a todo o momento sobre o quê, como e quando se deve ou não se deve comer. Envolve um controle permanente dos desejos, sensações, fomes e ansiedades, uma reconstrução do gosto alimentar que, por muitas vezes, desestruturam vidas humanas.

Sobre o ato de comer

O ato de comer envolve uma profunda ambigüidade nas fronteiras corporais entre natureza e cultura. Fischler (2001, p. 66) destaca que "nós nos tornamos

o que nós comemos", tanto no plano material como no imaginário, atravessando a fronteira entre eu e o mundo, um gesto banal, mas portador de conseqüências irreversíveis, que modifica o organismo. O autor define tal processo como o princípio da incorporação. A experiência do comer é fundadora da identidade tanto individual como coletiva. Ela se situa dentro de um jogo de distinção e alteridade no qual os homens registram seu pertencimento a uma cultura ou a um grupo qualquer seja pela afirmação de sua especificidade alimentar ou pela diferença em relação aos outros.

Nesta perspectiva é que as práticas alimentares deixam de ser vistas apenas como formas de expressão ou de afirmação de identidades sociais para se inscrever no seio do processo de construção da identidade (Poulain, 2003). Trata-se de um sentido profundamente íntimo no qual seu funcionamento requer que os objetos passem a formar parte de si mesmo, um exercício implica em risco e confiança. O ato de comer tem também a ver com a morte, a destruição do que comemos associado ainda a uma metáfora de poder.

O campo das práticas alimentares

Os temas da dieta, da alimentação e do comer estão na ordem do dia. Múltiplas informações presenciam os cenários de nossas vidas a todo instante. A mídia tem exercido um papel fundamental enquanto mediadora da temática e dos múltiplos discursos em relação à comida e ao comer: publicitário, médico-nutricional, hedonista, progresso e modernidade, exótico e da diferença (Arnaiz, 1996; Fischler, 2001)[3]. Trata-se de uma "cacofonia alimentar" dirigida para um público que assume múltiplos papéis: consumidores, leitores, pacientes, telespectadores, cidadãos, alunos (Arnaiz, 1996). Tais discursos, que por vezes convergem, por vezes conflitam, impõem à sociedade, hiperinformada, um constante estado de alerta e vigilância sobre as novidades que possam surgir.

A produção e a indústria de alimentos produzem um complexo universo alimentar fornecendo as condições materiais para a elaboração do projeto de construção corporal. Estes fatores entrecruzam a lógica de mercado e as necessidades sociais, sejam elas materiais ou simbólicas. Nunca o mundo disponibilizou uma oferta de alimentos tão ampla e diversificada como nos últimos tempos. Presenciam neste universo os produtos alimentares "exóticos" que transpõem barreiras geográficas e culturais, mas também um elenco diverso de possibilidades alimentares e denominações a exemplo dos alimentos naturais;

alimentos orgânicos, alimentos cujos componentes nutricionais são manipulados como os *diet* e *light*, 0% de gordura, enriquecidos e fortificados; os alimentos industrializados com ou sem seus aditivos químicos – “sem conservantes”; os alimentos geneticamente modificados, os alimentos funcionais, dentre inúmeros outros.

Isso resulta, em grande parte, do papel do fenômeno da globalização na esfera alimentar cujo seu grande sustentáculo é o desenvolvimento industrial que afeta substancialmente a produção, conservação, distribuição, transporte e transformação dos gêneros alimentícios. A industrialização, que ocupa um lugar entre o alimento e a natureza, interfere tanto na produção dos gêneros como também na transformação culinária (Poulain, 2003). A produção e o consumo do alimento moderno estão cada vez mais desenraizados dos seus espaços geográficos, ultrapassando também os limites climáticos aos quais eram tradicionalmente associados.

Tais fenômenos trazem múltiplas conseqüências, por vezes divergentes. Por exemplo, de um lado, tem-se o risco da padronização dos gêneros e das suas características organolépticas, eliminando as variações que existem em cada um deles. Este fator ainda se soma a uma perda de um saber-fazer culinário doméstico, tradicionalmente transmitido por gerações, que resulta também em uma homogeneização do gosto alimentar. Por outro lado, como talvez um “efeito adverso” do fenômeno da globalização, observa-se uma (re)emergência das culturas alimentares locais, que se apresenta como uma forma de resistência identitária. Poulain (2003) discorre sobre este movimento na França que se concretiza na proposição de um inventário do patrimônio gastronômico das receitas e produtos tradicionais. Pode-se também lembrar ainda o movimento internacional que surgiu na Itália, o *Slow Food* que, dentre outros objetivos, procura preservar e valorizar os produtos tradicionais e a biodiversidade alimentar, defendendo assim distintas identidades culturais. O movimento defende também o direito ao prazer alimentar, preservando a idéia de que cada produto traz o sabor e o aroma da região em si[4].

Todavia são os alimentos industrializados os principais componentes da grande parte da alimentação contemporânea e que possuem múltiplas representações. Fischler (2001) aponta que no imaginário sobre os alimentos industrializados há a idéia do impuro e do artifício. O alimento não é mais operado por uma “mão familiar e em condições sob suspeitas purificadas pelo amor e ritos”. A indústria faz uma “obscura cozinha”, encarnando uma “mãe

malvada" que trabalha mais com obscuras manipulações – o caldeirão da bruxa – do que uma alquimia suculenta (Fischler, 2001).

> O alimento se tornou um artefato misterioso,[...], um 'objeto comestível não identificado' [...]. 'Envelopado, condicionado, sem vida, sob um celofane, sob uma pele ou uma casca de plástico, ele flutua por assim dizer dentro de *no man's land* extratemporal: o frio, a vida ou a desidratação o protege contra a corrupção, ou seja, contra o tempo; mas, ao mesmo tempo, eles o tiram a vida (Fischler, 2001, p. 218).

Por outro lado, um conflito se estabelece, pois os alimentos industrializados são, ao mesmo tempo, bem recebidos por promoverem uma liberdade em relação à tirania das tarefas culinárias e domésticas cotidianas. Fischler ainda aponta que, frente a esta incerteza, uma das respostas é a "re-identificação" com os rótulos, etiquetas e a garantia da originalidade. Há um poder da marca na qual "não se pode ignorar a menor molécula, o menor átomo na composição" (2001, p. 220). O autor reconhece a existência de uma reconciliação entre consumidor e a indústria na qual o primeiro se familiarizou com os produtos industriais procurando apreciar a regularidade e a comodidade do uso e o segundo, mais e mais desenvolve a sua própria cozinha.

Sobre o risco alimentar

Obviamente que as atuais elaborações sobre a noção de risco também refletem sobre os alimentos. A noção de segurança alimentar sempre esteve associada ao risco do abastecimento alimentar que poderia gerar situações de privação. Atualmente, embora ainda persista as preocupações com a privação alimentar no mundo, outras tomam lugar, mais voltadas para a qualidade dos alimentos.

A tentativa da ciência em dominar a natureza também engloba a dominação do saber sobre os alimentos, controlando os seus riscos e oferecendo maior segurança para o seu consumo do ponto de vista nutricional, microbiológico, genético, dentre outros. Em verdade, nunca na história se ofereceu tanta segurança nos alimentos como nos momentos atuais (Poulain, 2003; Hubert, 2004; Arnaiz, 2004). No entanto, à medida que as descobertas científicas reduzem o campo das incertezas alimentares, elas abrem novas. A produção

do conhecimento também identifica novas modalidades de riscos alimentares antes não pensados.

Sobre estes riscos, tem-se ainda o conhecimento sobre eles difundido para toda a sociedade como também uma regulação dos órgãos públicos e produtores de alimentos – via controle de qualidade, rotulagem para informar a população, dentre outras estratégias. A sociedade está mais informada sobre os riscos alimentares, contudo, há uma relativa distância entre a noção de risco que possuem os especialistas e a noção leiga; assim como a noção de risco trabalhada pela mídia, como Poulain (2003) destaca, focando o fenômeno da "vaca louca". Este fenômeno, que se inscreveu na Europa nos meados dos anos 1990, trouxe à tona a temática sobre o risco alimentar uma vez que exacerbou as ansiedades em relação ao comer. A emergência e visibilidade dos polêmicos alimentos transgênicos também acentuam esta discussão sobre o risco alimentar assim como o fenômeno da gripe aviária que está em curso.

Além dos riscos relacionados com a presença de um agente exterior - como o micróbio – ou de cunho simbólico, ou ainda das modificações da natureza do alimento – como a industrialização e as transformações genéticas, há também os de outras modalidades. São os riscos vinculados à sua própria composição: as calorias e as gorduras que se tornaram os nossos grandes inimigos alimentares.

Fischler (2001), discutindo esta lipofobia, mostra como tem se modificado as sensibilidades em relação às gorduras e ao colesterol. Remarca que o gosto dela também tem mudado ao ponto que hoje, a gordura que tinha uma função essencial de mediador entre o fogo e os alimentos ou como parte dos nutrientes, tem se tornado um objeto de desgosto. A luta em torno do colesterol tem um importante papel da epidemiologia em estudos que mostraram a correlação entre as taxas de colesterol e a freqüência do infarto do miocárdio. Nos anos 1960, a má reputação do colesterol começou a transpassar a esfera exclusiva da medicina com a ajuda da mídia, se estabelecendo no senso comum.

Sobre as representações da comida e do comer

A ciência e a mídia também têm contribuído para a construção de novas representações sobre a comida e sobre o comer. Sobre o alimento, como já havia alertado Sant'Anna (2003), os termos carboidratos, lipídios, proteínas, vitaminas, ácidos graxos, Ômega 3 já fazem parte do cotidiano popular, não sendo mais termos exclusivos do discurso científico. As imagens produzidas

sobre o interior do corpo, particularmente as da anátomo-fisiologia do sistema digestivo que era visto como um espaço secreto que alojava e transformava o alimento, tem modificado a forma enigmática que envolve o mistério do desaparecimento dos alimentos, quando incorporados pela boca. Desvendando mistérios, misturando o mundo virtual com o real, o imaginário sobre o comer vai se modificando fortalecendo a visão científica do ato de se alimentar.

Assim, o alimento entra pela boca, transpassa o esôfago, se transforma e é decomposto em nutrientes no estômago através da ação das enzimas e, em seguida, é absorvido nos intestinos. Glândulas produzindo as suas enzimas e neurônios respondendo aos estímulos são as formas de controle do processo. Os nutrientes percorrem o organismo via a circulação sanguínea, com toda a leveza e velocidade produzida por uma dieta *light*, sem provocar acúmulos indesejados nas artérias e nos tecidos, alcança todas as células do corpo, reconstruindo-as, hidratando-as, purificando-as, combatendo doenças e os radicais livres, rejuvenescendo-as, renovando-as… Tais processos estão presentes cada vez mais no imaginário social. Cabe refletir o quanto este imaginário tem interferido nas decisões em relação ao comer.

Entretanto, a ciência não conseguiu eliminar o imaginário simbólico que permeia o comer e a comida. Por exemplo, a representação da energia não só é composta pela idéia do fornecimento de calorias. Pode-se constatar isso na difusão do consumo do açaí no Brasil, particularmente entre os praticantes de atividade física. Parece haver uma aura mística de um alimento que tem sua origem na Região Amazônica, uma força da natureza que restaura não só o corpo, mas o espírito. O açaí traz consigo uma energia mística e simbólica, além da calórica.

Comer como resultado de escolhas e decisões

Assim, tem-se o indivíduo do mundo contemporâneo consubstanciado, de um lado, pelos diferentes discursos alimentares, com as noções de risco, e os imaginários sobre o comer e a comida, elementos que são intermediados pela mídia. De outro lado, ele tem cada vez mais acesso aos produtos alimentares, patrocinados pela tecnologia e indústria e ainda difundidos pela publicidade alimentar – este último também contribui para a construção dos imaginários. Desta maneira, parece que só lhe resta uma única opção: fazer escolhas. E é com estas escolhas que os indivíduos materializam as suas dietas

alimentares. Fischler (2001, p. 11) afirma que “deve operar as seleções, fazer comparações, estabelecer as prioridades, combater as pulsões, resistir aos impulsos, despender todos os esforços, não para procurar o indispensável, mas para rejeitar o supérfluo com discernimento”.

Comer é um objeto de decisão cotidiana que recai sobre a esfera do indivíduo: decisão sobre o que comer, quando comer, onde comer e com quem comer. Cada indivíduo é que deve estabelecer os seus próprios critérios selecionados dos discursos cacofônicos sobre a alimentação e os alimentos. Há uma transformação do controle social sobre a alimentação que libera os indivíduos das amarras da tradição – no que tange aos ritos, tempos específicos e as parcerias familiares que envolvem o comer –, implicando em uma suposta liberdade.

Assim, a identidade alimentar não está mais fora do indivíduo – nos hábitos alimentares regionais, no hábito alimentar familiar, elementos que estão em declínio –, ela está no indivíduo, que deve constantemente buscá-la e construí-la na mesma proporção que se busca a auto-identidade. A pluralidade de práticas alimentares que cada indivíduo pode adotar está estritamente relacionada com a adoção de um estilo de vida.

Não obstante, esta suposta liberdade aporta com ela um conjunto de incertezas. Tais condutas têm relação com a tese sobre a “gastro-anomia” sustentada por Fischler (2001) que aponta para uma desestruturação das práticas do comer. Estas podem ser caracterizadas pela desregulação das refeições – assim como a sua simplificação, uma redução do tempo dedicado a elas e a crescente importância da alimentação fora dos horários tradicionais. Crescem também as refeições no trabalho, não apenas nos refeitórios, mas também dentro do próprio local de trabalho, nas salas de reuniões com refeições rápidas, *fast-food*, dentre outros (Poulain, 2003). Assim, o comer socializado, que era uma prática cotidiana e repetitiva, fica reservado para o espaço de lazer.

A crise alimentar contemporânea caminha em paralelo com a ansiedade e com também práticas alimentares extremas - que vão das compulsões alimentares até as restrições rígidas das dietas dos sujeitos portadores de anorexia. A ansiedade fundamental da ação alimentar, que está presente no que chama do “paradoxo do omnívoro” (Fischler, 2001), é exacerbada. Para o autor, a alimentação é sempre uma fonte de ansiedade relativa, na qual existe uma tensão continuada entre, por um lado, sendo omnívoro, é dependente da variedade, diversidade e inovação alimentar, e por outro, simultaneamente, há o imperativo da prudência,

desconfiança que remete a um "conservadorismo" alimentar, pois os alimentos são também fontes potenciais de perigo. Assim, o paradoxo do omnívoro oscila entre dois pólos: a neofobia e a neofilia (Fischler, 2001).

Como o paradoxo do omnívoro é regulado por um "sistema culinário" que se inscreve dentro de um sistema cultural mais amplo – com regras que definem os gêneros comestíveis, modos de preparação e de consumo –, a ansiedade da modernidade alimentar são então interpretadas como uma crise da função reguladora do sistema alimentar contemporâneo. Fischler (2001, p. 70) afirma "se não sabemos o que nós comemos, não sabemos o que nós vamos nos tornar como também quem nós somos".

Outros autores procuraram aprofundar o paradoxo do omnívoro. Poulain (2003) exemplifica o trabalho de Alan Beardsworth que distingue diferentes dimensões da ambivalência da alimentação humana daquelas correspondentes às formas particulares de ansiedade. Por exemplo, a ambivalência do prazer-aversão em que o alimento pode tanto ser fonte de sensualidade, plenitude, intenso prazer sensorial, mas também pode provocar sensações desagradáveis que vão desde um simples desconforto até uma aversão repulsiva capaz de provocar doenças e/ou mal-estar. Assim, a ansiedade é também um componente sensorial e hedônico. Uma outra dimensão é a da saúde-doença na qual a alimentação é uma fonte de energia, vitalidade, saúde e, ao mesmo tempo, vetor de intoxicação, uma causa potencial de problemas cujos efeitos podem ocorrer em muito curto termo – como as toxi-infecções alimentares ou envenenamentos – como também em médio ou longo termo, como certas toxinas, de carência ou sobrecarga de certos nutrientes ou ainda de novos agentes contaminantes. A ansiedade que acompanha é de ordem sanitária.

Assim, quanto mais progride a autonomia com ela também a anomia, quanto mais aprofundado o processo de urbanização e industrialização mais visível é a desestruturação do comer. Analisando as práticas alimentares americanas, Fischler (2001) identifica ser uma atividade culturalmente não específica, uma prática que não teria um status particular dentro do contexto social e que seria muito pouco enquadrada e estruturada por regras do tempo, do lugar, de ordem intrínseca. Estas características, evidentemente, se relacionam com a herança histórica e uma tradição cultural particular.

Partindo desta análise, pode-se questionar quais seriam as características das práticas alimentares no Brasil, país cuja herança histórica tem uma marca híbrida das tradições européias, africanas e indígenas, mas que não se furta das influências

da cultura americana em um período mais recente. A desestruturação das práticas alimentares se faz visível no Brasil especialmente nos grandes centros urbanos. Além disso, chama a atenção estas questões no seio das classes populares que não estão excluídas deste processo. A sobreposição da abundância e da privação alimentar podem trazer características peculiares na desestruturação alimentar.

Sobre o controle alimentar: a dieta

A tentativa para dominar a alimentação pela razão é um fenômeno antigo. Na antiguidade, muito se escreveu sobre alimentação e a sua relação com a saúde e os regimes voltados para "ordenar as existências mal conduzidas combatendo os tempos e lassidão" assim como promover uma prolongação da vida (Foucault, 2001). A dieta não foi sempre necessariamente relacionada com a perda de peso. Esta concepção é muito recente na história da humanidade. Fischler (2001) aponta que o regime de emagrecimento parece ter tido a sua primeira aparição em 1864 com a publicação do britânico William Banting. No entanto, é por volta da segunda década do século XX, que a dieta alimentar ganha esta conotação para a perda de peso (Lupton, 1996; Giddens, 2002).

Nos séculos XVII e XVIII os escritos sobre a dieta têm a sua origem no discurso religioso como formas de controle exercidas sobre os corpos cujo objetivo é estabelecer a disciplina. Tal perspectiva se modifica no século XIX, no qual a ciência dietética, ainda preservando uma conotação moral, toma novas configurações. No bojo do crescente debate sobre o manejo urbano, eficiência industrial e o peso fiscal do encarceramento, a termodinâmica ocupa o lugar dos discursos tradicionais sobre os humores, digestão e qualidade. Emerge o interesse científico em medir os efeitos da caloria na ingestão humana que foi associada às pesquisas dos requerimentos nutricionais dos prisioneiros e soldados, enfatizando a combinação da dieta mínima com o máximo de produção de energia. A metáfora do corpo enquanto máquina sujeita às leis da termodinâmica faz com que o mesmo seja informado pelas calorias e proteínas. Logo, a disciplina e a eficiência podem ser mensuradas com precisão e certeza, resultando em um novo discurso sobre a alimentação (Turner, 1991).

Lupton (1996) traz alguns elementos históricos sobre a evolução das ciências nutricionais que emerge no século XVIII, nos EUA e Inglaterra (não por coincidência espaços de industrialização e formação da classe trabalhadora) juntamente com os regimes dietéticos voltados à restrição do comer para fins

de alcançar a boa saúde. A sua história demonstrou uma tendência à racionalização, vigilância e regulação da dieta das massas tendo no imaginário científico o corpo enquanto uma máquina produtiva que demandava energia.

A emergência do termo dieta tal como se apresenta no século XX, submersa cada vez mais ao controle, tem na ciência o seu princípio fundador, e a sua preocupação médica com a saúde é o seu primeiro objetivo. Emerge uma concepção de construção científica de uma dieta humana, universal, que possa alimentar todos os homens e mulheres de diferentes culturas, gerações, classes e etnias. Evidencia-se a idéia utópica da dieta humana perfeita para a busca da saúde perfeita e, por conseqüência, um corpo perfeito. Trata-se também de uma concepção farmacológica em que os nutricionistas, nutrólogos, enfim, os cientistas da alimentação e nutrição constroem um conceito de alimento como remédio ou droga usado para o tratamento e prevenção de doenças (Lupton, 1996). Cabe ainda considerar que a produção científica da alimentação e nutrição também é uma construção social que resulta de uma série de interações entre os meios da pesquisa e os diferentes grupos de pressões políticas, econômicas, consumidores.

No mundo contemporâneo, os regimes podem ser entendidos como um controle das atividades orgânicas, uma modalidade de autodisciplina, e têm importância central para a auto-identidade precisamente porque ligam os hábitos à aspectos visíveis da aparência do corpo" (Giddens, 2002, p. 63). A dieta alimentar contemporânea, que até então se concebia como uma prática voltada para as elites ou para problemas de saúde, cada vez mais se torna uma prática prescrita para todos os indivíduos. Todos são convocados para tal empresa: mulheres e homens, pobres e ricos, jovens e adultos, crianças e idosos, negros e brancos, todos são alvos de recomendações.

Observa-se aqui também uma convergência do discurso médico e do discurso estético, pautado na noção de emagrecimento. O tema dieta-saúde-magreza torna-se popular através dos meios de comunicação de massa particularmente nas revistas femininas após a Segunda Guerra Mundial, alcançando o final do século como uma proposta mais universalizada (Mennell, 1991). Com este padrão, o tema moderação, que percorreu o século XIX e, no século XX, ficou ainda mais explícito. Gradualmente, a moderação torna-se claramente ligada às questões da saúde.

Não se pode deixar de comentar que a dieta *light* envolve a relação entre o discurso da disciplina alimentar e o discurso hedônico sendo estes longe de

serem incompatíveis, como afirma Featherstone (1991). A publicidade promove uma poética da vida cotidiana e a cultura do consumo tem algumas vezes sido concebida como uma anti-cultura, aberta à flexibilidade, mobilidade e ao novo. A dominação da mídia visual e a cultura da imagem, estilos de vida difundidos: juventude, beleza, *fitness*, energia, movimento, liberdade, romance, exótica, luxo; fazem parte dos discursos que os indivíduos se apropriam para construir as suas experiências alimentares.

A disciplina e o controle se encontram com o prazer que produzirá, dentre outros elementos, uma reconstrução do gosto alimentar que também pode ser denominado de "gosto *light*". O gosto *light* que busca articular as complexas relações entre o gosto com as dimensões do prazer, da disciplina e a preocupação com a saúde, se legitimará a partir de uma nova aliança entre a gastronomia e as ciências da nutrição. Uma nova disciplina do gosto alimentar, considerando o gosto um dos aspectos mais pessoais e íntimo dos indivíduos, se constitui em um desafio para os profissionais do campo da alimentação e nutrição nesta proposição da construção de si.

Fischler (2001) destaca que a seleção e a restrição são as duas noções que estão no centro da inquietude alimentar contemporânea. Há uma mudança de percepção de uma alimentação nutritiva que vai de uma percepção quantitativa para uma qualitativa. Para os comensais contemporâneos, a questão principal é saber o que comer e em que proporção: mais uma vez, envolve a questão da escolha.

A dieta pode ter múltiplos usos e funções que ainda pode ser classificada como: a dieta-para-a-cura, uma concepção medicamentosa voltada para estados enfermos e que tem uma forte participação da prescrição dietética de especialistas; a dieta-para-a-saúde, estimulada pelos avanços científicos na correlação dieta e enfermidades crônicas e tem um enfoque na prevenção de doenças e promoção da saúde; e a dieta-para-a-modulação corporal, compreensão bastante difundida, baseada principalmente na restrição calórica e na proibição de alguns alimentos com o objetivo de modular o tamanho e a aparência corporal. A dieta-para-a-modulação corporal coaduna com a dieta-para-a-beleza que é caracterizada pela atenção dada a determinados nutrientes a exemplo das vitaminas no combate aos radicais livres, um dos responsáveis pelo processo de envelhecimento. Ainda poderia destacar a dieta-para-o-espírito caracterizada pelas estratégias alimentares visando à purificação da alma utilizada por várias religiões, como ainda a dieta-para-o-prazer, que também pode se relacionar com a dieta-para-o-bem-estar,

ou ainda, a dieta-para-a-socialização. Tais funções podem ser convergentes, superpostas ou ainda excludentes. A dieta alimentar no sentido moderno restritivo em calorias e, sobretudo gorduras, tem na sua operacionalização grandes obstáculos: o controle da fome e do apetite como também dos desejos alimentares. Outro aspecto que também se apresenta é a re-elaboração do gosto alimentar, conforme já aludido anteriormente[5]. Convém ainda enfatizar o projeto da ciência na incansável busca da dieta alimentar ideal universalizada, que possa alimentar a todos prolongando as suas vidas e garantindo a saúde. Parafraseando Sfez (1996), pode-se considerar possivelmente a existência do mito da dieta perfeita voltada para a promoção da saúde perfeita. Baseia-se numa concepção medicamentosa do comer em que os fatores sócio-culturais são vistos como "barreiras" pelos especialistas. As preferências alimentares, gostos e hábitos são considerados secundários, importantes apenas para a adequação dos tipos de alimentos devem ser ingeridos, pois o essencial é nutrir biologicamente o corpo (Lupton, 1996).

Algumas considerações sobre as relações de gênero

É no corpo que as construções de feminilidade e masculinidade são inscritas em primeira instância e, deste modo, regem também as formas distintas de experimentação do culto ao corpo e do autocuidado corporal e alimentar. Estudos indicam que estes fenômenos se manifestam com maior intensidade nas mulheres do que nos homens embora o crescimento no universo masculino tenha sido proporcionalmente maior nos últimos tempos. Mesmo assim, as diferenças entre o universo feminino e masculino têm aumentado (Bordo, 1997). Acresce-se ainda, que as mulheres têm destinado cada vez mais tempo para o cuidado de si, e isso se expressa mais nas mulheres que estão inseridas em posições privilegiadas do mercado de trabalho. As disciplinas corporais que as mulheres têm se submetido são considerados como organizadores centrais da vida de muitas delas (Bordo, 1997). Eis um paradoxo feminino: o que explicaria em uma época em que as mulheres têm progressivamente conquistado mais espaços na vida pública, uma maior inserção no mercado de trabalho, libertação do seu destino reprodutivo, protagonizando as suas vidas estarem deveras preocupadas com os seus corpos e a suas dietas?

Um outro ponto interessante é a discussão de um suposto "ideal andrógino", questionado por Bordo (1997) no qual magreza e muscularidade não se excluem, compondo, simultaneamente, o universo corporal feminino

e o masculino. É importante ressaltar que a recusa do destino reprodutivo tem uma relação com as formas corporais femininas modernas. Fertilidade, corpulência e adiposidade já foram quase universalmente associadas às representações do corpo da mulher. A "estética da linha" parece atender o desejo de "neutralizar" as marcas muito enfáticas da feminilidade afastando a identidade do corpo da maternidade (Lipovetsky, 2000).

O fenômeno da anorexia é um outro aspecto importante a discutir. Bordo (1993) aponta que este fenômeno está relacionado com condição feminina no final do século XX marcada pelo confronto dos valores femininos - manutenção das concepções domésticas de feminilidade como divisão do trabalho, a mulher como chefe emocional e nutriz da família; – e os valores masculinos – que as mulheres precisam incorporar à medida que penetram no mundo público, em especial no mercado de trabalho. A autora entende ser o extremo de um *continuum* a que todas as mulheres estão submetidas e que pode ser considerada como uma patologia de protesto contra esta condição feminina no mundo contemporâneo. A autora ainda faz relações com o que representou o fenômeno da histeria no século XIX.

Contudo, vale ressaltar que as diferenças corporais em relação ao gênero não se constituem apenas em relação à magnitude, mas também em relação à natureza. Por exemplo, a representação do apetite feminino e masculino na qual a aceitabilidade da voracidade alimentar para o universo masculino, que o aproxima da natureza, não se observa nas reservas que se devem ter as mulheres frente à comida. A elas são exigidos um maior controle e vigilância (Bordo, 1993). Assim, a dicotomia clássica que identifica a mulher com a natureza e o homem com a cultura se desestrutura neste campo.

Ainda com relação à dieta, em muitas culturas, a dieta masculina é marcada pelos alimentos densos em calorias e proteínas que simbolizam força, energia, masculinidade e poder – as carnes, por exemplo; enquanto que a dieta feminina é marcada pela baixa caloria, que simbolizam leveza e feminilidade – como as frutas e verduras. Fürst (1994, *apud* Fargeli;Wandel, 1999) postula que a identidade masculina é examinada através do que ele come enquanto que a identidade feminina é examinada através do que ela não come.

É importante salientar que as diferenças generificadas devem também considerar a pluralidade dos universos masculinos e femininos que estão correlacionados com as com as particularidades das suas inserções sociais: classes sociais, etnias e culturas como também geração. Santos (2003a) aponta, a partir

de dois estudos realizados em duas capitais do Nordeste, diferentes formas de representar o corpo de acordo com classes sociais. O corpo magro em mulheres das classes médias e altas pode representar um instrumento de ascensão e promoção social enquanto que nas classes populares está associado à fraqueza e à incapacidade para o trabalho. No entanto, percebeu-se que nas classes populares já apresentam diferenças de acordo com as gerações. As gerações mais jovens já valorizam o corpo magro como importante para inserção no mercado de trabalho. Em outro campo, apesar das diferenças, há estudos que levantam a hipótese de que a preferência das mulheres pela dieta *light* pode ultrapassar as classes sociais com um fenômeno geral (Fargeli; Wandel, 1999).

Entrecruzando os universos temáticos

Pretende-se, desta forma, entrecruzar os elementos destacados sobre os universos temáticos, identificando os aspectos que nortearam o estudo. Por ora, pontua-se que alguns aspectos-síntese destes entrecruzamentos.

Em primeiro lugar, salienta-se que as representações e as práticas alimentares estão intrinsecamente relacionadas com as representações e as práticas do corpo. Questionar-se-ia, por exemplo, o que teria mudado em relação ao comer com a ruptura do homem com seu corpo após o empreendimento dos anatomistas do século XV? O que significou alimentar um corpo que se tornou um objeto? O que também pode ter modificado quando o corpo se torna um invólucro mecânico na perspectiva de Descartes? Um dos produtos destas formas de pensar o corpo foi o surgimento das ciências da nutrição, já no século XIX, conforme já aludido, que marca uma ruptura no conceito de se alimentar.

Retomando o momento atual em que o corpo contemporâneo representa algo em construção da mesma forma que estamos reconstruindo as nossas identidades, interessa-nos saber como este corpo tem se relacionado com as práticas alimentares. As relações do homem com a comida estão vinculadas à sua condição de existência na contemporaneidade. Um indicador seria a concepção medicamentosa para o emagrecimento em que as prescrições dos inibidores de apetite estão com muita freqüência associadas às prescrições coadjuvantes de antidepressivos e calmantes. As tentativas de reconstrução das práticas alimentares exacerbam estas patologias do mundo moderno: ansiedade e depressão.

Estas questões deixam muitas outras a analisar: as novas conduções corporais que buscam incansavelmente a satisfação hedônica e a narcisista representam uma forma de alienação perante o mundo ou uma forma de resistência para a manutenção da sobrevivência em tempos de crise? Interessa-nos também saber como as pessoas interpretam as suas próprias ações perante este quadro, como as pessoas lêem, se apropriam e ressignificam estas questões no seu cotidiano.

Neste estudo, levanta-se a hipótese de que há um processo de (re)construção de uma nova 'disciplina' alimentar para o corpo contemporâneo do século XXI. Um exemplo disso foi indicado por Santos (2003b) em que o conceito de reeducação alimentar tem sobreposto o conceito tradicional do "fazer dieta" ou "estar em dieta". A reeducação alimentar é a possibilidade de "emagrecer, comendo tudo que gosta, sem passar fome, mantendo-se magro", um processo progressivo que exige mudanças nos hábitos alimentares. A noção de finitude no ato de "fazer dieta" expressa uma suspensão do tempo que difere profundamente das mudanças permanentes a serem incorporadas por toda a vida proclamada pela "reeducação alimentar". Enquanto as dietas são marcadas pela rigidez, monotonia e repetitividade, a reeducação alimentar se caracteriza pela flexibilidade e inovações – e com ela a responsabilidade e a culpa - que englobam duas dimensões fundamentais: uma reconstrução do gosto alimentar com a incorporação do prazer (Santos, 2003b).

Um novo gosto alimentar proposto é o gosto *light* onde impera a leveza, a relação com a natureza e o equilíbrio. São novas sensibilidades gustativas a serem construídas e que tem como sustentáculo as novas alianças entre as ciências da nutrição e a gastronomia, produzindo a reformulação dos cardápios alimentares cujo lema é "obter a máxima qualidade nutricional com o mínimo de valor calórico". Em relação ao prazer, este é incorporado, mas submerso a um conjunto de novas disciplinas e racionalizações.

Contudo, esta reconstrução enfrenta desafios que persistem: a fome e o apetite bem como os desejos alimentares. A estes, exigem uma vigilância e reconstruções de significados: da mesma forma em que há uma excessiva "patologização" das formas e práticas corporais – obesidade, caquexia, vigorexia – há também uma excessiva "patologização do comer" que vai desde as compulsões alimentares, as bulimias até restrições cognitivas extremas como as vinculadas à anorexia (Santos, 2003a). A própria fome que poderia ser considerada como uma resposta sábia do corpo clamando pela necessidade de comida, passam a serem considerados como objeto da psicologia. Sentir fome, que já foi um dia estimulado e sinônimo

de estar saudável, hoje representa mais um problema patológico. Não é normal sentir fome. Representa uma falta de controle de si mesmo, uma incapacidade de domesticar a própria natureza.

Como os indivíduos têm operado estas questões é uma preocupação. Lipovetsky (2000) chama a atenção para a estética da magreza que se propagou indubitavelmente, mas, longe de gerar uma racionalidade disciplinar, é acompanhada de práticas instáveis e sismográficas que oscilam entre o ativismo e a inatividade, restrição e excesso, mobilização e desinteresse, controle e relaxamento. É importante salientar que os indivíduos mobilizam uma complexidade de elementos e critérios para tomarem as suas decisões que vão além das racionalidades propostas. Por exemplo, o modelo de análise custo-benefício integra a este processo, como ressalta Poulain (2002). Este autor ainda lembra algo de fundamental importância: por mais que se tenha constatado a individualização das decisões alimentares, elas não são jamais individuais e nem tampouco puramente racionais, elas se coletivizam. Eles se inscrevem em um contexto social e cultural.

Por fim, não se pode deixar de comentar as relações da questão da comida com a sexualidade. Por exemplo, que reflexões se pode extrair das analogias sobre o fenômeno da histeria, uma manifestação patológica do corpo feminino na virada do século XIX para o século XX, momento em que a temática da sexualidade emergiu; com o fenômeno da anorexia, uma outra manifestação patológica do corpo feminino na virada do século XX para o XXI, do qual a temática da alimentação começa a emergir. Fischler afirma que:

> [...] possivelmente estamos entrando em uma era de uma nova ordem simbólica de uma nova idade alimentar, de um novo regime: a gastronomia dietética, o regime do prazer. Se este é o caso, a alimentação terá um reencontro com a sexualidade: depois de Freud ninguém ousou mais falar que o prazer sexual prejudica a saúde, pelo contrário. A psicanálise liberou a sexualidade: talvez a *Nouvelle Cuisine* virá desculpabilizar a alimentação (Fischler, 2001, p. 244).

Notas

[1] Sant'Anna (2003) se refere a um 'totalitarismo fotogênico banalizado' no qual se exige que tudo no corpo seja preparado para ser visto e exposto.

[2] Ressalta-se aqui como um dos aspectos do debate é se estamos vivenciando uma intensificação ou uma superação da modernidade.

[3] Giddens (2002) destaca duas características da experiência transmitida pela mídia em condições de modernidade: o efeito colagem (com o desaparecimento das narrativas) e a intrusão de eventos distantes na consciência cotidiana. Entende que os meios de comunicação não espelham realidades, mas, em parte, as formam.

[4] Poulain (2002) ainda alerta que este movimento de patrimonialização da alimentação se inscreve dentro de um vasto movimento que faz deslocar a noção de patrimônio da esfera privada para a pública, da econômica para a cultural, como ainda do material para o imaterial, um imaterial modesto - práticas cotidianas e populares - diferente das prestigiosas obras de arte ditas como superiores como a música, pintura ou mesmo a poesia.

[5] Destaca-se a discussão feita por Krosmeyer (2002) sobre gosto literal – não o gosto estético – que sempre esteve fora das discussões epistemológicas da percepção sensorial. Em diferentes momentos da filosofia foi marcante a classificação hierárquica dos sentidos segundo a sua importância: a visão seguida da audição, considerados sentidos cognitivos ou intelectuais, e os três restantes, olfato, gosto e tato, tratados mais brevemente como sentidos corporais, uma categoria inferior próximo ao orgânico, a paixão e a animalidade. O tato e o gosto são os que exigem mais controle, pois ambos fazem parte do desfrute dos prazeres que nos tentam - o apetite e o sexo.

Capítulo II

As trilhas percorridas na construção

Os desafios metodológicos

O presente estudo pretendeu investigar como mulheres e homens experimentam, sentem e agem sobre os fenômenos relacionados às práticas corporais e às práticas alimentares assim como as suas relações com o espaço urbano. Trata também das transformações e permanências destes fenômenos que têm ocorrido na cidade de Salvador nas últimas décadas. Para tanto, uma série de desafios foram enfrentados.

Um dos grandes problemas na definição de um objeto de estudo é a delimitação de suas fronteiras. Um primeiro desafio reside no fato de que o objeto em estudo não é um objeto "pré-definido" pela ciência, trata-se de um "objeto em construção". Além disso, ele também é bastante impregnado pelas noções do senso comum. Afinal, comer é uma prática cotidiana considerada quase que banal e desprovida de interesse reflexivo. Colocá-lo dentro de um cenário científico, politizando a temática, é um exercício desafiador que tem sido realizado por muitos autores.

Soma-se a isso a tradição político-científica brasileira que tem tido, pela própria visibilidade e urgência do problema, as questões da fome e desnutrição como o grande foco de interesse das questões da alimentação, centrado nas classes populares. Destacaria ainda o pouco interesse político-científico da academia pelas investigações de segmentos e categorias sociais das camadas médias e elites (Velho, 2003).

Outro desafio metodológico está vinculado ao fato de ser um objeto contemporâneo que assume dimensões planetárias[1]. A sua extensibilidade global, interagindo com as questões locais, traz desafios de como trabalhar os fenômenos que se situam fora do trabalho de campo. Tem-se ainda, por ser um objeto fortemente presente no cotidiano, a abundância de informações sobre o mesmo. A primeira vista pode parecer uma vantagem, pode também representar um outro desafio para selecionar os aspectos centrais para o trabalho. Somaria também que, sendo um tema contemporâneo, é um tema marcado por sua dinamicidade estando assim em pleno movimento. Por todas estas questões, há uma fluidez nos limites do problema que se alarga e se estreita

impondo um processo de redefinição constante. Convém ainda ressaltar a importância dos estudos históricos contribuindo para um processo de "desnaturalização" do presente.

Uma outra questão desafiadora seria a reflexão do que é, de fato, um trabalho de campo no meio urbano, considerando as multiplicidades dos modos de vida que se sobrepõem neste espaço. Ainda teria a noção tradicional do trabalho de campo antropológico alimentado pela etnografia e a sua relação com objetos contemporâneos, com os tabus e mitos metodológicos vinculados a sua emergência nas sociedades tradicionais (Velho, 2003).

Ligado a isso, ressaltam-se as questões apresentadas por Velho (2003) quando se trata de um trabalho no meio urbano: a relação distância/proximidade e da familiaridade/estranhamento do objeto. Como estudar os outros quando os outros somos nós mesmos? Como interrogar com a devida distância o que é tão familiar? A suposta delimitação entre o sujeito da pesquisa e o objeto de estudo se fragiliza e precisa ser constantemente repensada. Ainda sobre os estudos sócio-antropológicos no meio urbano, há o desafio da heterogeneidade social, complexidade institucional e a coexistência de múltiplas tradições culturais que se expressam em diferentes visões de mundo, trajetórias e experiências vivenciadas que podem convergir ou estar em conflito.

Por fim, um último desafio a ser destacado é, relembrando as dimensões planetárias que assume o problema e a obviedade de que todos os seres humanos possuem um corpo – o que, em primeira instância, é a presença do corpo que define a existência – e ainda, que todos estes seres humanos possuem as suas práticas alimentares para garantirem a sua existência; em tese, todos estariam potencialmente classificáveis para participar do universo empírico. O desafio consiste em como delimitar um universo empírico que garanta uma certa coerência dos participantes conjugada a uma mínima diversidade que possa alimentar o processo de análise do estudo e a iluminação das questões propostas.

Tendo em mente tais desafios, seguem os sucessivos recortes realizados até chegar ao universo empírico. As tentativas de respostas aos desafios apontados foram trabalhadas no decorrer do trabalho e não previamente definidas por critérios abstratos. O confronto com a realidade foi que produziu os recortes.

O primeiro recorte: Salvador, a velha cidade da Bahia

A cidade e os seus corpos

Tem-se como primeiro recorte o cenário da cidade de Salvador. Muito se teria a dizer sobre a Velha Cidade da Bahia de Todos os Santos e sobre os processos históricos que contribuíram para compreender a relação contemporânea com o corpo e com a comida dos baianos. No entanto, tal tarefa poderia se alargar e ultrapassar os limites deste trabalho. Desta forma, centraremos em alguns elementos que se pretende levar em consideração neste primeiro cenário geográfico e cultural do estudo.

A velha cidade da Bahia, a rica e ostensiva capital colonial e capital do Atlântico Sul durante os primeiros séculos após o descobrimento do Brasil, foi o mais importante entreposto comercial e cultural da base política lusitana neste período. Com a mudança da capital colonial para o Rio de Janeiro, juntamente com a decadência da lavoura canavieira, Salvador viveu mais de cem anos de abandono e ostracismo, situação que penetrou as primeiras décadas do século XX (Risério, 1993).

Deste modo, Salvador ficou à margem do movimento higienista que marcou o cenário do Rio de Janeiro – como também São Paulo – e do chamado processo de "reeuropeização" propiciado pela chegada de Dom João VI, que trouxe as marcas britânicas e francesas para a cultura brasileira. Não houve também importantes fluxos migratórios que caracterizaram especialmente o eixo sul do país, conferindo uma certa estabilidade etnodemográfica na Região. As mudanças político-econômicas provocadas pela Revolução de 1930, também não modificaram o quadro da cidade e só veio a alcançá-la por volta dos anos de 1960 (Risério, 1993).

A "calmaria" baiana neste período foi bem retratada por diferentes personalidades. Estão presentes nos romances de Jorge Amado e nas canções de Dorival Caymmi esta estagnação econômica e lassidão social que, sem dúvida, ainda compõem o imaginário brasileiro sobre o que passou a ser chamada de "Boa Terra" ou ainda "Terra da Felicidade". Pairou sobre Salvador e seu povo uma aura mística e paradisíaca que percorrem até os dias atuais como se estivesse situada fora do tempo e do espaço.

Tratar-se-ia aqui de uma espécie de "mito da baianidade". Este mito está presente no imaginário social caracterizado pelo "relaxamento" dos corpos baianos em seus exercícios de corporalidades, a não atração pelo trabalho, a festividade, a hospitalidade, e a marca híbrida da mistura étnico-racial. Esta pode estar traduzida na sensualidade das personagens femininas de Jorge Amado, ou de Rita Baiana quando entra numa roda de samba no Rio de Janeiro retratada pelo Aluísio Azevedo em *O Cortiço*, nas tentativas de Dorival Caymmi em descobrir "o que é que a Baiana tem?", ou ainda no encontro de Ary Barroso com a "*morena* mais formosa da Bahia" (morena talvez para não dizer negra. Grifo da autora). Pode também estar presente no corpo mulato, com as forças dos músculos hipertrofiados pelo trabalho braçal, dos estivadores e pescadores produzidos mais uma vez por Jorge Amado[2].

Todavia, a partir dos anos de 1960, os ventos da modernidade sopraram na Baía de Todos os Santos: a BR 324, a Petrobrás, a Sudene, Centro Industrial de Aratu, o Pólo Petroquímico de Camaçari, dentre outros equipamentos sociais, foram destinados a "reatualizar" historicamente a cidade. Assim, Salvador começa a se "desprender" do seu passado e de suas tradições e procura engajar o seu vagão na locomotiva comandada nacionalmente pela cidade de São Paulo rumo à modernidade. Mais recentemente, na virada do século XX para o século XXI, Salvador já está com mais de dois milhões e meio de habitantes, sendo a terceira mais populosa cidade brasileira. O seu projeto em ser "moderna" se acentua, explorando novos equipamentos a exemplo da recente instalação da Fábrica Ford. Vale ressaltar que neste processo há uma importância capital dos empreendimentos turísticos, um dos carros chefes da sua economia.

Como o terceiro maior destino turístico do país, monumentais investimentos têm sido feitos para potencializar esta estratégia econômica e cultural. Um exemplo é a indústria altamente profissionalizada do Carnaval e do entretenimento nos verões baianos que atraem fortemente os turistas do Brasil e, cada vez mais, do exterior. Mais recente ainda, Salvador, através das empresas estatais de turismo, aposta em outras fontes como o "turismo cultural" para atrair mais turistas de classes médias e altas. A sua "bandeira" principal reside no fato de ter sido a primeira capital do Brasil, como expressa o slogan da empresa baiana oficial de turismo, a Bahiatursa: "Bahia, o Brasil nasceu aqui".

Salvador tem buscado nas tradições históricas e culturais do seu povo, os elementos atrativos e está transformando-os em ícones turísticos. O "mito da

baianidade" parece ser reconstruído e modernizado com estes propósitos: trata-se de uma cidade mais do que alegre e sim eufórica[3], alusão que parece ser bem apropriada ao clima baiano. Parece que Salvador tem se transformado em uma cidade hedônica no seu sentido moderno que vai além da "Terra da Felicidade". Uma cidade que, ao mesmo tempo em que excita com sua intensa festividade, ela também relaxa com suas praias, redes e refrescantes águas de coco, como afirma um outro slogan da Bahiatursa: "Quer se divertir venha à Bahia, quer descansar venha à Bahia também".

Contudo, estes ímpetos de modernidade pouco agregaram para alterar a situação sócio-econômica e étnico-racial dos soteropolitanos. Com suas relações de trabalho marcadas pelo legado dos quatro séculos de escravidão, o estigma do trabalho escravo parece ainda permanecer no *ethos* das relações sociais da cidade submerso às pretensões de modernidade. O novo e o velho se confundem. Salvador é uma cidade marcada pelas suas complexidades urbanas, e esta hipervalorização da cidade traz o risco de camuflá-las. Tais diferenciações sociais e étnicas se fazem presentes nos corpos dos soteropolitanos.

Ressalta-se ainda o peso da contribuição africana para a dinâmica da cidade e para a constituição das corporalidades. Os corpos africanos historicamente foram interditados pela escravidão, mas nem por isso impedidos de pensar, guardar e registrar a sua história nos corpos (Sodré, 2003). A tradição africana está fortemente presente na cidade, na sua estética e na forma de lidar com os corpos, na música, na culinária, nas artes plásticas, nas festas populares, o que, evidentemente, vale destacar mais uma vez, não exclui as contradições étnico-raciais em Salvador.

Com o fortalecimento do turismo, todas estas expressões culturais têm sido reinventadas, é uma baianidade de "alma negra" como um ícone turístico que, por vezes, desapropriada do seu *locus* para ser vendida nos cartões postais e nos pacotes turísticos. O "mito da baianidade" se atualiza, vão desde a afirmação da cultura afro-descendente com a festa da Beleza Negra do Bloco Ilê Ayê que elege a "Deusa do Ébano" até os embalos sensuais, com uma boa dose de apelo erótico, das dançarinas e dançarinos de setores de um estilo musical convencionalmente chamado de *axé music* – que quase sempre são louras e morenas, mas talvez de "alma negra".

Pergunta-se o que é ser baiano e ser baiana, ou melhor, soteropolitano e soteropolitana neste contexto. Longe de querer discutir tamanha questão, vale lembrar a reflexão de Risério (2004) sobre este assunto ressaltando que "baiano"

é uma categoria histórica gerada na convergência de determinados processos sociais. Tal percepção de si próprio em um determinado espaço social configurando uma "gente" específica, ou seja, a invenção do povo baiano, só irá se completar entre os finais do século XIX, entrando no século XX, afirma ainda o autor supracitado. Já para Jorge Amado (1996, p. 25) poeticamente define que ser baiano pode também ser "um estado de espírito, certa concepção de vida, quase uma filosofia, determinada forma de humanismo". Ainda é importante mencionar o papel da musicalidade baiana – no sentido mais amplo do termo – que percorre a imagem sonora da cidade e que garante uma mobilidade corporal cotidiana bem particular do seu povo.

No tabuleiro da baiana

Para fins deste estudo, considerações também merecem a comensalidade baiana. A obra de Jorge Amado tem uma parcela de contribuição para a imagem da comida baiana pelas chamadas comidas de azeite. Na culinária de Dona Flor e mais recente na Cozinha da Dadá, pode-se perceber as cores fortes e festivas, os cheiros marcantes e os sabores picantes, recheados pelos frutos do mar, pela sensualidade e ainda um forte erotismo feminino. O acarajé é o seu ícone cultural maior, produzido pelas "baianas do acarajé" nos seus tabuleiros, cena que faz parte do cenário estético-visual das ruas e esquinas de Salvador.

Contudo, os ímpetos de modernidade têm proposto aos soteropolitanos a reavaliar as suas condutas corporais e alimentares resistindo assim, as tentações da sua culinária tradicional. Em estudo recente, observou-se que 26,9% dos adultos soteropolitanos são portadores de sobrepeso e 13,6% deles, de obesidade. Identificou-se ainda que 31,1% dos entrevistados deste estudo referiram fazer algum tipo de dieta e 52,4% referiram fazer restrição a algum tipo de alimento. A mais elevada restrição foi as das gorduras e frituras (69,3%), seguida pelos doces (36,1%), carne vermelha (21,3%) e sal (20,0%) (Assis e outros, 2002).

O padrão alimentar cotidiano de Salvador também tem passado por profundas transformações. Práticas de refeições no ambiente de trabalho, mudanças no papel feminino, ampliação das empresas de produção e comercialização de alimentos como as redes de supermercados que já compõem o universo da cidade são elementos importantes neste processo.

Por exemplo, o peixe, já não faz parte da mesa cotidiana dos soteropolitanos com tanta freqüência como muitos imaginam. Neste mesmo estudo supracitado, observou-se que o frango é o alimento mais consumido, seguido do consumo da carne bovina, ovos e, por fim, o peixe. Além disso, a elevação da comida baiana a um ícone turístico tem trazido conseqüências: a produção do acarajé com um vínculo religioso - o candomblé - está ameaçada não só por outras religiões – os evangélicos têm entrado no ramo produzindo o "acarajé de Cristo" – como também as produções secularizadas nos *shopping centers* ou em pratos como os "*chips* de acarajé" um dos produtos resultante da fusão da culinária baiana e a gastronomia francesa presente no cardápio de um restaurante de luxo de Salvador. Embora a produção do acarajé e os demais produtos do tabuleiro da baiana ainda seja uma produção feminina, já existe um pequeno contingente de homens trabalhando no ramo. Nos restaurantes de comida típica baiana, os *chefs* de cozinha parecem estar ocupando cada vez mais espaço. Enfim, há um neotradicionalismo na culinária baiana que não está longe de criar versões *light* para contrapor a sua abundância calórica.

Notas sobre a velha cidade da Bahia e a modernidade

Complexa tarefa é pensar nos processos da modernidade no Brasil e esta não é a intenção central deste trabalho. Apenas serão traçados alguns elementos que poderão auxiliar nas análises deste estudo. Pensar em modernidade é pensar na sua origem ocidental - européia - e, posteriormente, uma intensa participação americana - que circula pelo mundo. No Brasil, historicamente há uma forte tendência à valorização desta modernidade que "vem de fora" em detrimento da cultura brasileira. Há também um jogo relacional que perpassa por diferentes polaridades: estado unitário *versus* federação; nação *versus* região; unidade *versus* diversidade; nacional *versus* estrangeiro; popular *versus* erudito; tradição *versus* modernidade (Oliven, 2001).

Historicamente, muitas discussões sobre este tema no Brasil polarizam a presença dos resquícios da sociedade colonial e da escravidão que preservam, dentre outras coisas, as relações pessoais nas determinações das relações de poder. Este exemplo representa toda a construção de um imaginário para abrir as portas para uma modernidade sem precedentes, o que, de outra forma, significa uma descaracterização dos valores tradicionais, sempre associados ao

colonialismo e escravidão, sendo considerado como responsáveis pelo “atraso” que persiste no Brasil.

As relações pessoais, por exemplo, são reduzidas aos aspectos associados à manutenção dos privilégios das oligarquias enquanto que as relações profissionais, então modernas, são racionais e neutras, trabalhadas sob a édige dos princípios de igualdade, portanto, imunes aos processos de manutenção de privilégios que marcam as formas de relações anteriores. Tais polarizações persistem no imaginário brasileiro ainda que os movimentos sociais – mulheres, negros, homossexuais – discutam como estes princípios clássicos de igualdade não contemplam as diferenças; além da discussão sobre a humanização nas relações profissionais. Longe de defender as formas de relações estabelecidas no contexto colonial, é importante ressaltar que as relações modernas não têm sido capazes de modificar o quadro de desigualdade social no Brasil, ao contrário, acentuou.

Tais discussões parecem pautar na luta entre o bem – o moderno e o mal – o tradicional. Lógica que pode também ser vista ao contrário: o tradicional-popular reveste-se em uma aura de bondade, pureza, portanto, repleta de valores, e o moderno é diabolizado, vertente que tem crescido nos últimos tempos. Todavia, é importante lembrar que as emergências e valorizações das culturas locais no mundo contemporâneo são também produtos dos processos modernos e globais. Como ressalta Gruzinski (1999) este cenário é muito mais complexo, pois as reivindicações identitárias não são de tudo formas de rejeição da nova ordem mundial. Elas interagem com o mundo global na busca do espaço no mercado e na mídia.

A emergência das culturas locais no Brasil não só resultam dos fenômenos mundiais que permeiam este campo, como também se situam historicamente nas discussões entre o nacional e o local, onde o local ganha visibilidade após o processo de redemocratização do Brasil nos meados dos anos 1980. É neste momento em que se proclamam as vantagens da descentralização administrativa e financeira contra a intensa centralização política sofrida nos anos da ditadura militar e, com isso, a afirmação das identidades regionais, tendo cada qual destacando as suas diferenças em relação ao resto do Brasil (Oliven, 2001).

As relações entre modernidades e tradições no Brasil, não só se associam às relações entre as regiões geográfico-administrativas como também pairam nos seios das grandes cidades. A cidade de Salvador, por exemplo, é marcada por uma intensa desigualdade, na qual a modernização alcança apenas alguns setores da sociedade.

Todavia, dentro das formas de relações sociais contemporâneas, os demais setores não ficam imunes ao processo. Há, por exemplo, o consumo "virtual" destas modernidades que as imagens e informações não cansam de divulgar seus produtos, além dos impactos econômicos e sociais e geográficos – oferta de empregos ou mesmo a perda dos mesmos, deslocamento das famílias das suas moradias a exemplo do processo de restauração do Pelourinho, perda de alguns espaços de diversão que eram valorizados publicamente de forma gratuita e passam a serem privados – como as ruas de Salvador durante o Carnaval, dentre outros inúmeros exemplos.

Como já vem sendo discutido, pensar na questão da modernidade e tradição no Brasil fatalmente nos remete a uma relação regional-geográfica na qual a Região Nordeste, em especial, é o lugar das tradições e o Sul-Sudeste, lugar da modernidade. Uma imagem que preserva um comparativismo dicotômico que é também utilizado para demarcar as diferentes identidades. Desta forma, estudar os aspectos sócio-culturais no Nordeste, em particular na cidade de Salvador, pode se confundir com o estudar o tradicional-popular, o que tanto interessou pesquisadores nacionais e estrangeiros. No entanto, este dispositivo binário não é suficiente para compreender a dinâmica dos dois espaços: os elementos tradicionais existentes na modernidade do eixo Sul-Sudeste do país e os elementos de modernidades presentes nas tradições do Eixo Norte-Nordeste.

Neste estudo foram focalizados os elementos traços da modernidade nas questões que dizem respeito ao corpo e ao comer na cidade de Salvador como uma espécie de pano de fundo para estes processos. Partiu-se então do pressuposto da existência de um processo de modernização em curso na cidade iniciado nos anos de 1950, e que nas últimas décadas se acentua drasticamente tomando, possivelmente, novos contornos.

Em verdade, os primeiros ímpetos de modernidade já aparecem nas primeiras décadas do século XX, nas tentativas de urbanização da cidade. Há um clássico exemplo da destruição da tradicional Igreja da Sé, palco dos famosos discursos do padre Antônio Vieira durante o século XVI, para possibilitar a circulação dos bondes no centro da cidade. Tal fato gerou inúmeras polêmicas, debates e repúdios nos meios intelectuais e jornalísticos. Todavia, estas iniciativas modernizantes pouco alteraram a configuração e a dinâmica da cidade. Após os anos depressivos entre 1920 e 1940, Salvador que tinha uma das menores taxas de crescimento populacional do país começa a crescer, desenvolvendo um planejamento urbano que irá definitivamente modificar os espaços da cidade com a construção de

novos prédios, avenidas e vales, ações que perseguiram as próximas décadas, em especial para o lado norte da cidade. Estima-se que entre as décadas de 1950 e 1980 o crescimento populacional de Salvador foi na ordem de 300% (Risério, 2004). Um verdadeiro inchaço urbano.

O espaço físico continua mais do que nunca com o seu processo de modernização. Em uma projeção para o ano de 2030, tomando por base o atual Plano Diretor de Desenvolvimento Urbano (PDDU), estima-se a população de Salvador em 4,3 milhões de habitantes – atualmente, moram cerca de 2,7 milhões de pessoas na região metropolitana. É esse contingente que deve utilizar o sistema de transporte público integrado, facilitado por linhas do metrô de Salvador cortando os diversos bairros da cidade.

De uma cidade suja e fétida desde os tempos coloniais, Salvador hoje é uma cidade mais limpa quando comparada, e já foi considerada ao lado de Curitiba como um dos melhores serviços de limpeza após as ações desenvolvidas na década de 1990: – operações "bota-fora", campanhas publicitárias, Projeto Bahia Azul; iluminação pública, sistema de transportes são investimentos importantes na cidade. É uma cidade que se embeleza: criação e reformas dos parques, fontes, dentre outros equipamentos. A palavra de ordem é a restauração: as paisagens e sua arquitetura colonial barroca, os sítios históricos não cessam de serem redescobertos e restaurados. A preservação histórica da cidade está cada vez mais no senso comum. As festas populares tradicionais e o carnaval também se reestruturam.

Um aspecto marcante nestas últimas décadas que tem em grande parte impulsionado estes processos de mudanças é a turistização da cidade tomando cada vez mais dimensões complexas e profissionalizadas. A imprensa local produz um número considerável de matérias relacionadas ao turismo. No discurso jornalístico, o termo "atrair turistas" entra no coração de inúmeros temas. Os investimentos na cidade para este fim sendo visto como bem em si e que deve ser promovido. O estímulo ao turismo compreendido como uma saída econômica para a cidade se desloca da chamada "alta estação" no período do verão e são estimuladas estratégias para o ano inteiro. Se por um lado, o turismo pode trazer vantagens econômicas para a cidade, por outro se vivencia o receio de que o mesmo seja um depreciador da cultura quanto à industrialização tem sido da natureza.

Aproveitando o momento histórico em que a busca do exótico, do diferente, do singular, marcam o fenômeno da valorização das culturas populares, a Bahia

pretende se engajar na modernidade não apenas assimilando símbolos, ícones da modernidade-mundo, mas também exibindo e vendendo os seus neste mercado mundial do turismo. Acresce-se ainda que, não somente na questão do turismo, mas também em outros setores, Salvador investe em um engajamento direto com a modernidade-mundo não desejando mais ficar restrito àquelas advindas por intermédios dos centros mais desenvolvidos do país. Vejamos alguns exemplos deste suposto processo de "internacionalização" da cidade.

A história da cidade tem sido recontada e, como jamais visto anteriormente, divulgada pelos meios de comunicação e eventos. Dois pontos podem ser destacados como ilustração. Primeiro, a história da Independência da Bahia em que uma certa polêmica gira em torno do reconhecimento da sua importância no processo da Independência do Brasil. Vale lembrar que a sua comemoração, mais importante para os baianos do que as comemorações da Independência do Brasil, onde foram travadas batalhas e guerras que perduraram 10 meses – é marcada por uma intensa festividade popular e oficial girando em torno da figura simbólica do Caboclo. A outra história é sobre a Baía de Todos os Santos. As informações contidas no Site Oficial da Prefeitura de Salvador, em abril de 2005, cujos dados turísticos da cidade são muitos, observa-se a valorização do papel da Baía de Todos os Santos no contexto internacional das grandes navegações até o século XIX, em que o Porto de Salvador era parada obrigatória para os navios que navegavam pelo mundo mercantil. Em um viés de leitura coloca a importância da cidade para o mundo, ainda que de forma marginal.

Em abril de 2005, foi anunciado pela imprensa local que o Elevador Lacerda irá abrigar o escritório do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD). Na ocasião da assinatura do acordo de cooperação entre a Prefeitura da cidade e a representação da ONU, o prefeito da cidade, João Henrique Carneiro, anunciou: "O Elevador agora passa a ser um elo de ligação entre Salvador e uma rede internacional que luta pela igualdade social e racial". A idéia de ser uma referência da luta contra o racismo e colocar a cidade no cenário internacional deste processo é uma busca dos dirigentes municipais e estaduais. Como conseqüência deste acordo, uma série de eventos internacionais será realizada na cidade de Salvador (Carvalho, 2005).

Aliado a isso, tem-se o turismo de negócios que está sendo estimulado como uma estratégia de manutenção da atração dos turistas para o período de "baixa estação". Em 2006, estão previstos cerca de 80 eventos nacionais e

internacionais na cidade com a expectativa de 80 mil turistas visitando a cidade por conta destes eventos.

Quem vive na cidade e está atento às agendas culturais percebe que não cessam as inaugurações de restaurações de monumentos, museus e outros equipamentos culturais – como a Santa Casa de Misericórdia em janeiro de 2006, considerada a segunda em importância no mundo e ainda neste mesmo ano, o Museu do Rodin que tinha a sua inauguração prevista em Salvador, o que seria o primeiro museu internacional na América Latina. Uma cidade que historicamente não era habituada a uma "vida noturna", vê as noites baianas repletas de opções culturais – o teatro baiano que se fortalece, "barzinhos", shows, concertos das mais diversas correntes musicais, que se convencionou em chamar de "circuito alternativo" voltado para um público "mais seleto" - se estruturam e disputam espaços com a chamada indústria do axé, carro chefe de atração turística.

O próprio carnaval que sempre foi capitalizado pelo som das guitarras elétricas nos trios elétricos e dos tambores dos blocos afros e, mais recentemente, o movimento musical denominado *axé music*, abre as portas para uma diversidade de ritmos musicais: rock, música eletrônica, assim como outros ritmos nacionais e latinos. Além disso, o Carnaval Baiano tem sido exportado para várias cidades, não apenas no Brasil como no exterior, a exemplo da cidade de Barcelona. Os produtos do carnaval – a música, CDs, DVDs, shows e os "ensaios", etc., que fazem parte da chamada "economia do axé" -, não são consumidos apenas nos sete dias de festa na capital baiana. Há uma "carnavalização" do calendário anual tendo a semana oficial da folia momesca apenas como o ápice da festa.

Referindo-se a festa, Salvador mantém ainda uma tradição do encontro das corporalidades nas ruas, nos espaços públicos expressos, sobretudo, no carnaval e nas festas populares. As tradicionais "Festas de Largo", ligadas a um calendário específico religioso, mas que não perde o seu caráter carnavalesco, talvez com resquícios da cultura do catolicismo popular ainda dos tempos medievais, ainda animam baianos e turistas e estão no alvo dos investimentos turísticos. Todavia, à medida que a cidade se moderniza, as festas também se tornam mais complexas, criam espaços segmentados e privados como se vêm nas festas do Bonfim e da Conceição – Bonfim *Light* e Conceição *Light,* por exemplo, que trataremos mais adiante, modificando o seu caráter estrutural. As recentes mudanças no carnaval baiano e as suas polêmicas "cordas" é um importante exemplo deste processo.

Todavia, a imagem de que "tudo acaba em festa" termina trazendo inúmeros conflitos até de ordem judicial. A polêmica em torno da paisagem sonora da cidade, por exemplo, marcam, para uns, uma cidade "barulhenta" com os ímpetos da modernidade que cultua o silêncio como bem supremo universal e, para outros, uma cidade "festiva" com a sua música que se espalha por todos os espaços desafiando a ordem com os corpos não param de mexer e de cantar.

Entretanto, tais movimentos em torno da "turistização" que podem ser importantes para a preservação histórica da cidade, para as afirmações identitárias do local dentre outros fenômenos considerados positivos para um povo; eles também podem servir para serem vendidos através do turismo. Salvador, seu povo e sua cultura se tornam cada vez mais produtos mercadológicos a serem exportados.

Longe dos olhos dos turistas, especialmente dos mais desatentos, existe uma outra cidade que não acompanha, ao menos na mesma velocidade ou da mesma maneira, estes processos modernizantes que, por exemplo, a recente produção cinematográfica de Sérgio Machado, *Cidade Baixa*, título bastante sugestivo, procurou exibir em telas. As "periferias" da cidade moderna clamam pela atenção pública, pelos atendimentos dos equipamentos básicos para a sobrevivência – acesso à água, energia elétrica, esgotamento sanitário, postos de saúde, dentre outros. Um relatório da ONU indicou que a promoção cultural da identidade africana na Bahia não se traduz na promoção de igualdade no plano político, social e econômico. Mesmo sendo inegável que tais iniciativas geram algum nível de emprego e renda para a cidade, vale ressaltar que a distribuição dos mesmos preserva a tradição da desigualdade que marca esta cidade brasileira: os soteropolitanos mais pobres, em sua maioria, ficam com o subemprego, os cargos mais inferiores, vivem na "cidade baixa", submersa aos ímpetos modernos (Doudou..., 2005).

Desta forma, sob o signo do turismo, da preservação da cultura afro-brasileira e do lema da "economia que mais cresce no país", a Bahia e sua capital, Salvador, recontam a sua história, reinventam as suas tradições e exibem nas telas nacionais e internacionais procurando se colocar neste mercado competitivo do turismo e das cidades históricas. No entanto, carregam consigo uma das maiores desigualdades sociais do país.

Os retratos desenhados no plano estético-cultural da cidade que os precursores do Tropicalismo pintaram ainda vivem. A "criança sorridente feia e morta" que estava no joelho do monumento antropomorfizado pelo cantor e compositor Caetano Veloso na canção mais representativa do movimento,

Tropicália, ainda "estende a mão". Ou ainda, a "estética da fome" imortalizada pelo Cinema Novo, tendo o cineasta baiano Glauber Rocha como um dos principais expoentes, que procurou confrontar uma outra realidade brasileira frente a um país que se modernizava. A dupla realidade persiste.

Perpassando por este assunto, vale ressaltar o destaque de Risério (2004) em que entre os anos de 1950 e 1970, não só foram marcados pelo processo de atualização urbano-industrial, mas também por um processo de modernização cultural que nascem do "entrelaçamento cultura boêmia e a cultura universitária" (2004, p. 529). A então Universidade da Bahia que se instala aos finais dos anos 1940 e, por intermédio do Reitor Edgard Santos, imbuído do desejo de "recolocar a Bahia no mapa do Brasil", potencializa, dentre outras ações, a área das artes que toma uma conotação e estímulos particulares. É deste frutífero momento que os precursores do movimento tropicalista emergem reatualizando o manifesto antropofágico de Oswald de Andrade, vestindo a camisa da contracultura, dispondo suas ambigüidades entrelaçadas dos fragmentos tradicionais e modernos que marcam o Brasil da época em suas paródias em relação ao ufanismo nacionalista.

Dentro deste processo cultural, ressaltam-se os traços barrocos que percorrem a história cultural baiana e brasileira que Risério (2004) aponta Gregório de Matos e os negros bantos, dentre outros aspectos, como elementos fundamentais que irão delimitar a autonomia estético-cultural da cidade da Bahia e seu Recôncavo no século XX, dentro de um mundo afro-barroco.

Assim, Salvador da Bahia trilha o seu percurso histórico. Como mais uma vez lembra Risério (2004), a Bahia de Jorge Amado e Dorival Caymmi já não existia frente à Bahia de João Gilberto e Martha Rocha, que por sua vez abriu espaço para a Bahia "Tropicalista" de Caetano Veloso e Glauber Rocha. Paira hoje uma Bahia mergulhada na indústria do *axé-music,* com um alto grau de profissionalização, de um lado, e de outro a busca do resgate histórico da sua cultura e suas raízes.

Neste momento de modernização, aspectos interessantes podem ser ressaltados. O primeiro já referido é a tentativa de entrar no cenário internacional "sem intermediários". Com os avanços especialmente nos campos de comunicação, os signos de modernidades não necessariamente precisam passar pelo eixo Rio de Janeiro - São Paulo para chegar às cidades do Nordeste. Salvador tem trocado informações com outras cidades internacionais em uma relação mais direta na busca deste engajamento na modernidade-mundo.

A capital baiana tem exportado a sua imagem de cidade histórica, cidade hedônica, cidade da cultura negra, e outros ícones, como jamais visto anteriormente. O seu carnaval e os seus produtos como também músicos que fazem mais sucesso na Europa do que no Brasil como Carlinhos Brown e o espetáculo musical-barroco do cantor e compositor Tom Zé. Além da capoeira, samba de roda – agora patrimônio histórico-cultural –, as famosas "fitinhas" do Senhor do Bonfim têm seus nós desatados dos braços dos fiéis à espera da realização dos seus pedidos ao padroeiro da cidade, e entrado na moda de forma secularizada, ornamentando bolsas, tecidos e bijuterias vendidas no Brasil e no exterior.

Segundo, a idéia de promover a sua própria cultura, atrair turistas e exportar os seus bens simbólicos e culturais modificam as relações anteriormente vivenciadas de um predomínio da importação de bens e ícones culturais e artísticos. Embora este processo de importação esteja cada vez mais sólido, a promoção da própria cultura – que também se qualifica dentro do consumo próprio entre os baianos – se concretiza. Possivelmente, estes fatos também podem modificar a noção do "desenraizamento", elemento fundamental para a inserção no mundo moderno, uma vez que são nas próprias raízes que a cidade busca os elementos para serem projetados neste cenário internacional. Trata-se de um jogo complexo e paradoxal.

Tais delongas são para situar que, entre a cidade criada para ser vivida pelos turistas e outra vivida pelos seus moradores, há uma circulação de corpos ainda que segregados que experimentam a cidade, a partir dos seus espaços específicos. Como diz o compositor Riachão: "cada macaco no seu galho". Os soteropolitanos trazem nos corpos as marcas históricas, como se fosse um 'arquivo vivo' da história soteropolitana, no sentido que Vigarello (2000) aponta.

Como estas problemáticas do corpo e do comer se conformam, tendo como pano de fundo a dinâmica da cidade de Salvador, como interagem com as suas peculiaridades, como dominam, resistem e negociam esta sobrevivência é o que interessa deste cenário para contextualizar este estudo. Retornaremos a alguns pontos no decorrer dos capítulos.

O segundo recorte: os corpos em movimento

Um dos critérios estabelecidos para selecionar os entrevistados foi que os mesmos estivessem vivenciando experiências corporais em alguma prática de atividade física. As academias de ginástica foram o espaço escolhido para

selecionar os participantes do universo empírico da pesquisa. Tal decisão foi tomada levando em conta que os freqüentadores das academias, de alguma forma e em algum momento das suas vidas, decidiram trabalhar os seus corpos seja por ordem estética e/ou por questões de saúde ou ainda a busca de um bem estar. Logo, esperava-se que as questões de estudo supostamente estariam sendo levantadas pelos sujeitos de alguma maneira, implícita ou explicitamente.

Partilhando da idéia de Castro (2003), este estudo considera que as academias de ginástica estão se constituindo em espaços privilegiados de sociabilidade no mundo contemporâneo e que também participam da construção de um estilo de vida. Atualmente, "freqüentar academia" – ou "fazer academia" como é comumente dito - não representa uma prática restrita a pequenos setores de jovens das classes médias e altas. Estes equipamentos sociais têm se expandido, particularmente nos espaços dos setores urbanos - incluindo os bairros populares -, como também têm diversificado em relação às modalidades de trabalho corporal que atendem diferentes estilos de vida, de diferentes gerações.

No entanto, cabe ressaltar que este estudo não é um estudo sobre freqüentadores de academias de ginástica. O espaço das academias se configura mais como um "pretexto" para selecionar os entrevistados do que o espaço real da pesquisa. Um pequeno número dos entrevistados não estava freqüentando academia de ginástica ou por que havia interrompido as atividades entre o momento de convite à entrevista e a realização da mesma, ou porque se tratou de uma indicação que gerou interesse, independente de freqüentar academia. Contudo, estes entrevistados desenvolviam alguma atividade por conta própria como caminhadas.

Desta forma, foram eleitas duas academias, uma situada em um bairro de classe média e outro em um bairro popular. Partiu-se do pressuposto de que os freqüentadores tenham algum vínculo com as correspondentes camadas sociais sejam em termos materiais ou em termos simbólicos.

O terceiro recorte: a construção do corpus da pesquisa

O *corpus* central da pesquisa foi o universo empírico construído a partir das entrevistas com mulheres e homens adultos que praticavam, de alguma forma, atividade física. Foi cogitada no decorrer do trabalho de campo, a inclusão de mais um grupo que seria considerado o "grupo da resistência". Este grupo

seria daqueles que se recusam de alguma maneira a redirecionar as suas práticas corporais e a sua dieta alimentar. Neste estudo, considera que tais indivíduos utilizam uma outra interpretação sobre estes riscos, concepção que distancia da idéia da "falta de informação", "falta de esclarecimento" e outras terminologias muito utilizadas tanto pela sociedade em geral como pelos profissionais da saúde. Acredita-se que grande parte da sociedade possui acesso de alguma forma às novas recomendações destinadas a uma vida saudável, sem necessariamente colocá-las em prática. No entanto, em função dos limites operacionais, tal proposição foi excluída.

Na tentativa de ampliar o estudo para o contexto da cidade de Salvador, a pesquisa também foi subsidiada por outros materiais tais como notas de observações etnográficas diversas sobre o cotidiano da cidade, sobre conversas informais, imagens, *outdoors*, anúncios publicitários, romances, crônicas, memórias, Internet, produções cinematográficas, artigos de jornais e revistas, materiais de divulgação científica, produções artísticas, provérbios populares, enfim, todo material que se referisse de algum modo ao tema estudado, particularmente os produzidos e/ou veiculados na cidade em estudo. Muitos entraram no corpo do texto, outros auxiliaram na reflexão sobre o tema, e outros ficaram reservados para um outro momento. Tal tarefa exigiu uma atenção peculiar sobre o cotidiano na cidade em todo o momento em que circulava por ela nos seus diferentes espaços. Esta parte do *corpus* não se constituiu em apenas uma parte complementar, este foi um material essencial para a ampliação da análise uma vez que se trata de um objeto de estudo essencialmente contemporâneo, intensamente presente na vida social dos sujeitos e com uma ampla dinamicidade.

As entrevistas semi-estruturadas foram centrais na produção dos dados. O propósito foi produzir uma descrição/narrativa sobre as experiências corporais - no que tange à atividade física em especial - e alimentares. Teve-se em mente que as experiências não estão reduzidas às narrativas, mas estas últimas são modos de acesso às primeiras. Partiu-se também do princípio de que os discursos produzidos, não são produtos acabados e sim construções, momentos de elaboração, que emergem da inter-relação estabelecida na situação da entrevista e não apenas dados *per si* da realidade vivida.

Foi realizado um total de 24 entrevistas sendo 12 mulheres e 12 homens dentro da faixa etária de 19 a 51 anos de idade, oriundos das camadas médias e populares o que resultou em um total de 427 páginas transcritas, o que se constituiu em um grande desafio de trabalho.

O trabalho com as entrevistas foi realizado simultaneamente com as buscas de outras informações documentais e as leituras teóricas sobre o tema. A problematização das questões foi se desenvolvendo progressivamente nestes processos de ida e vinda entre a teoria e a prática, o local e o global, o individual e o coletivo, ou seja, os esquemas conceituais sobre o tema e a escuta e leitura dos materiais triangulados, produzindo assim os capítulos que seguem.

Notas

[1] Trata-se de uma analogia às alusões que Sant'Anna (2002) faz em relação à capacidade de transformar a alegria em euforia perpétua a serem experimentados pelos corpos na busca de prazeres ilimitados.

[2] Correio da Bahia, 19 abril 2005. Elevador Lacerda será o elo de ligação entre Salvador e a ONU.

[3] Matéria veiculada no TV Revista, da TV Educadora, IRDEB, em 16 março 2006.

Capítulo III

Notas sobre os itinerários das mudanças nas práticas corporais

Este capítulo traçará alguns passos dos itinerários percorridos pelos entrevistados para promover as mudanças nas práticas corporais e alimentares. Em uma perspectiva descritiva, o objetivo é fornecer um panorama mais ampliado no qual os contextos das práticas corporais e alimentares se conformaram. Parte do pressuposto de que a problemática do corpo tem se deslocado para o centro das preocupações cotidianas dos sujeitos, supondo que as mudanças nas práticas corporais e alimentares podem ser resultantes ou o próprio desencadeador de outras mudanças na vida dos sujeitos em geral. Vale lembrar que inúmeras questões aqui citadas serão discutidas nos capítulos subseqüentes.

Os processos decisórios e as motivações para as mudanças

Os entrevistados não identificaram com clareza o que foi que os levaram a mudarem as suas práticas em relação ao corpo e ao comer. Todavia, deixaram a entender que foi uma "conformação de fatores". Muitos deles só se deram conta no momento da entrevista, o qual foi considerado por alguns como um "momento reflexivo". As mudanças por vezes se instalam de uma forma sorrateira tomando espaço no cotidiano, se situando em um plano quase imperceptível, longe da reflexividade diária. Isso não significa que sejam atos não reflexivos, mas há um nível de reflexão que não sobressai claramente no plano consciente. Para outros, foram eventos particulares na vida que provocaram uma mudança brusca. Em suma, elementos motivadores foram citados, contudo, a maioria dos entrevistados afirmou ser "um conjunto de fatores" que levaram a instituir novas práticas.

As principais questões levantadas como motivadoras das mudanças foram relacionadas a problemas de saúde, questão do envelhecimento, vaidade e problemas de relacionamento afetivo. Dentre os problemas de saúde, foram destacados o aumento nas taxas de colesterol, hipertensão, hipertireoidismo, como ainda, sintomas de ansiedade, stress, fadiga, insônia e até síndrome do pânico. Alguns entrevistados descreveram um quadro generalizado de problemas: dores no corpo, no joelho, problemas circulatórios e que tudo começou a modificar depois das novas práticas corporais.

Para Ronaldo, após alguns problemas de saúde que o levou a hospitalização, a percepção de um corpo não saudável veio à tona. Afirmou que se sentia incluído numa "lista indesejada" e, por conta disso, começou a cuidar da saúde de uma maneira crucial. Nunca tinha tido esta preocupação anteriormente, embora a sua mulher sempre chamava a atenção sobre o seu excesso de peso. Ronaldo entende que suas condutas atuais são como "um tratamento", realizado com apoio de uma equipe de saúde – que ele confia bastante. Tais ações trouxeram outros benefícios, sensação de bem estar em relação ao corpo e à vida em geral. A atenção ao seu corpo se deslocou para o centro das suas preocupações cotidianas, mas do que o próprio trabalho que reduziu em importância para a sua vida. A saúde é mais importante, mas as questões estéticas também apareceram no elenco das prioridades cotidianas.

João tem uma história que se assemelha à de Ronaldo, até um certo ponto. A mudança veio após o médico da empresa em que trabalhava lhe dizer que estava com um "colesterol altíssimo", e recomendá-lo a praticar alguma atividade física. Fazia atividade física aleatoriamente e "comia de tudo", "pecava muito no passado", depois algo "se apoderou" dele, após uma reflexão: "Rapaz! Está na hora de você parar, você não é criança, tem uma certa faixa etária, peço só que você que cuide do seu corpo senão...".

Em relação ao processo de envelhecimento, foram destacadas as sensações dos seus efeitos sobre o próprio corpo: aumento de peso, cansaço, indisposição, as mudanças das formas corporais – deposição de gorduras no abdômen, por exemplo – ou ainda pelo próprio medo de envelhecer. O "medo de morrer" foi considerado por pessoas com idade mais avançada, como foi o caso de Hélio, que experimentou este medo quando dois amigos morreram recentemente por conta de problemas cardíacos. Para as mulheres, as mudanças de faixa etária foram marcantes. Para Marta, a entrada nos 30 anos foi simbólica em relação a esta preocupação com o corpo, vendo que seu "metabolismo estava mudando", refletindo no ganho de peso além das gorduras localizadas. Ilda revelou que após os 38 anos é que começou "a cair a ficha". Notou que "o corpo começou a cair", ele "sinalizava" e "pedia" mudanças. Com isso, tinha a síndrome do pânico aliada à lembrança dos casos na família de suicídio como o seu pai, os problemas graves de saúde dos seus filhos, que a levou a caracterizar a sua situação como "crítica", tendo um médico da família indicado um tratamento medicamentoso. Ilda optou por se engajar em uma atividade física para "tirar tudo no suor".

Os aspectos relacionados com o envelhecimento se conectaram tanto com a vaidade, como é o caso dos jovens entrevistados – Hélio e Narciso, por exemplo – com o desejo de prolongar a vida, como também com o de promover a saúde. Assim foi o pensamento de Roberto e Sara. Roberto entende que a "tendência do corpo é piorar" e Sara mencionou o seu "medo do futuro", tem muito medo de como pode ficar futuramente, e é por isso que procura se cuidar, além de se reconhecer como vaidosa e gostar de ter "uma boa aparência". Vejamos como ela reflete sobre a velhice:

> Oh! É que antes eu tinha medo da velhice. Meu Deus! Porque ficava aquela coisa da escola: 'o ser humano nasce, cresce, reproduz, envelhece e morre...Oh! Jesus Cristo eu já nasci, eu já cresci...' (...) Então, eu comecei a achar que assim: velhice não é um bicho de sete cabeças, não é uma coisa que você é obrigado a envelhecer da forma que você vê muita gente na rua. Você pode fazer muita coisa para melhorar isso (...) hoje em dia, eu penso que felizes são os que conseguem chegar à velhice, mas em compensação você tem que saber envelhecer (...) A minha preocupação não está *em* envelhecer mais *como* envelhecer... (Sara).

Tal perspectiva toma forma no contexto brasileiro na mesma medida em que o país deixa de ser considerado um país jovem. O Brasil já possui um importante contingente de idosos e perspectivas futuras combinados com as reduções nas taxas de mortalidade e o aumento da expectativa de vida. Evidentemente que tais questões têm também redirecionado a forma de ver e pensar a velhice no Brasil. Sara reconceitua a velhice, partindo de um ciclo biológico "natural": nascer, crescer, reproduzir e morrer, para um ciclo que pode ser construído pelo próprio sujeito. Sara muda a sua preocupação do "em envelhecer" para "como envelhecer" e sentir-se bem na velhice. No entanto, é preciso ter oportunidades, ou seja, viver bem a velhice não é uma possibilidade para todos. Desta maneira é que as práticas corporais funcionam como uma forma de "higienizar" a velhice, o sonho de alcançá-la com saúde sem problemas de doenças. Ainda sentindo-se jovem, pois "você quer envelhecer bem" Flávio afirma: "Você quer ficar velho, mas você não quer ficar velho. Você quer envelhecer, Flávio ainda coloca que importância da atividade física para alcançar uma velhice saudável.

Difícil tarefa é delimitar quando o processo de envelhecimento inicia e quando os sujeitos começam a perceber isso. Embora haja uma classificação

científica que define de forma objetiva o começo da velhice – no Brasil, 60 anos para algumas questões e 65 para outras; isso pode diferir das sensações percebidas sobre o processo do envelhecimento no próprio corpo. As sensações de "mudança no metabolismo", "ver a barriga crescendo", ou "os músculos enfraquecendo", ou ainda "o corpo começa a cair" como foram citadas, são percepções corporais – prioritariamente estéticas e funcionais – que se traduzem em preocupações em relação ao processo de envelhecimento e, por conseqüência, a necessidade de "tomar providências".

Por fim, houve também, como elemento motivador de mudanças, a desilusão amorosa ocasionada, ou por uma rejeição de um namorado, como o caso de Virgínia que decidiu mudar radicalmente, ou por separação conjugal. Álvaro retomou a atividade física como uma forma de "ocupar o tempo e controlar a ansiedade" e Paulo resolveu "cuidar de si", ambos após a separação. A reconstrução dos rumos da vida amorosa passa também pela reconstrução dos corpos.

Em suma, estes aspectos foram revelados como os desencadeadores das mudanças, entretanto, muitos dos problemas citados já existiam, mas não eram problematizados no cotidiano por parte de alguns entrevistados. Para outros, eram já pontos de problematização, mas não de modo suficiente para desencadear uma ação. Alguns perduraram um bom período tentando "se convencer" de que era necessário mudar as condutas, outros associaram a questões atribuídas ao acaso. Um sinal disso é que muitos entrevistados citaram as recomendações feitas por pessoas próximas – companheiros, familiares e amigos – ou ainda profissionais de saúde para cuidar do corpo, mas não foram ouvidas por longo tempo.

Alberto remonta que a sua decisão de mudança foi meio ao acaso. Em uma festa de final de ano, enquanto ele fazia a sua ceia "feito um louco", a sua namorada comentou que ele estava gordo: "se olhe no espelho que você vê, não está nem mais com barriga, você está com pança!". A palavra "pança" foi muito forte e ele conta que se sentiu "acabado". De imediato, definiu a data para começar a fazer atividade física no mês subseqüente e assim o fez. Foi a partir deste fator que as outras questões em relação ao corpo emergiram. Começou a preocupar com a aparência, o peso, a imobilidade, quando ele começou a mudar o corpo. Refere-se ao passado recente, o cansaço que sentia quando jogava futebol, a falta de energia que tinha para sair à noite, a falta de vontade de fazer algo e lembra que anteriormente não era assim, tinha muita

"energia". Identifica que precisava disso novamente, que ficou "um pouquinho para trás" e "precisava correr atrás".

Paulo e Álvaro relataram como foi crucial subir na balança e verificar um peso que não imaginavam ter. Paulo, ao atingir 99 quilos, decidiu "voltar", pois "se passasse dos 99 não voltava mais". Álvaro conta a sua história subindo na balança:

> Aí tem uns três meses, mais ou menos, eu passei assim... 'vou me pesar...'. Quando cheguei na balança que olhei 82 quilos, olhei para um lado, olhei para o outro para ver se não vinha ninguém, desci, subi de novo: 82. Eu disse: 'não é possível! Tenho que tomar providência (...) (Álvaro).

Neste extrato, observa-se como um evento "esporádico" pôde desencadear toda uma percepção do corpo que não havia antes ou que estava latente. Enfim, eventos esporádicos também não descartam um processo reflexivo profundo como foi o caso de Marcela: "Então eu pensei, refleti bastante sobre isso e tomei isso com minha prioridade: a minha saúde".

As expressões "preciso tomar providências", "rapaz! Está na hora de você parar, você não é criança..."; "preciso cuidar de mim"; "não! Preciso dar um jeito na minha vida", "precisava correr atrás", são expressões que sugerem haver uma espécie de solução de continuidade nas tentativas de mudanças. Em suma, sem querer discutir sobre os diferentes processos de reflexão humana, pôde-se observar que os entrevistados percorrem múltiplos caminhos reflexivos e utilizam diferentes racionalidades para desencadear novas práticas corporais e alimentares. Tais perspectivas põem em cheque as relações diretas que são feitas entre o processo decisório submetidos à razão saúde ou a suposta "tirania da beleza", de uma forma simplificada. Há múltiplos itinerários percorridos conscientes e inconscientes antes de se decidir por "uma vida saudável" que, evidentemente, estão conectados com as histórias de vida de cada um e os processos locais experimentados no espaço e lugar das vivências corporais.

O que se pode afirmar entre os entrevistados é que o corpo passou a ocupar um lugar mais central no bojo das preocupações cotidianas. O cuidado corporal ascende nas hierarquias das atividades diárias dos indivíduos. Contudo, reconhecer esta importância não é suficiente para colocá-las em prática de imediato, há várias tentativas antes de encontrar o caminho considerado satisfatório. Existe todo um tortuoso itinerário a seguir.

Os itinerários das mudanças

As mudanças nas práticas corporais se referem, em primeira instância, à instituição da prática de atividade física. Para uma grande parte dos entrevistados, a preocupação com a alimentação veio após um certo tempo de prática do exercício físico. Os itinerários foram longos e várias tentativas já foram realizadas pelos entrevistados sem muito êxito. A primeira questão que vai pairar é sobre qual tipo de atividade física se deve fazer. A maioria dos entrevistados que não tinham este hábito iniciou com caminhadas esporádicas. Alguns continuam a fazê-las, ou transitaram para as corridas, e outros decidiram ingressar em uma academia de ginástica. A academia de ginástica vai representar um trabalho mais sistemático com assistência profissional que poderá garantir melhores resultados. A busca da academia é também parte do processo:

> Aí comecei a cuidar do meu corpo, caminhada, 'não, vou fazer algo mais pesado'. Foi aí que eu comecei a malhar na 'X'. Fiz um laço de amizade, mas eu estava sentindo que faltava ambiente, que não é só academia, você precisa de ambiente, precisa de laço de amizade fortíssimo para dar aquele empurrão que você precisa para chegar onde você quer. Aí eu saí pesquisando outras academias, acidentalmente eu passando na rua, vi essa academia, entrei, gostei do ambiente, até aquela coisa chamativa, aquela coisa gostosa e eu a adotei como uma coisa boa na minha vida. Daí para frente eu comecei a fazer com mais intensidade academia, fiquei assim é, vamos dizer, assim, fiquei é, com síndrome, não sei se é a palavra certa, fiquei com aquela coisa gostosa de academia...(João)

Encontrar a academia de acordo com a sua afinidade, orçamento, local estratégico entre a casa e o trabalho, selecionar as atividades mais pertinentes aos objetivos e ao gosto, definir horários e organizá-lo dentro da sua disponibilidade de tempo, compra de roupas apropriadas e outros acessórios cada vez mais indispensáveis, enfim, são tarefas que exigem também reflexão, tempo e dedicação para organizá-las. Significa uma ruptura com o cotidiano para instituir novas práticas.

Ronaldo revelou as dificuldades que enfrentou no começo para exercer a atividade física: "hoje, eu acordo pela manhã, já sei que tenho que ir para academia. Está virando um hábito é como todas as coisas que você faz com prazer". Gustavo entende que ir para a academia é "como ir para a escola".

Para outros, este não foi um processo que englobou grandes sofrimentos apesar de envolver sacrifícios. Alguns relatam como "o próprio organismo realmente foi se adaptando". Reduzir a quantidade da alimentação e passar fazer exercício não foi fácil para Marcela que lançou mão de uma conversa com ela mesma para eleger as prioridades de vida conforme já foi aludido acima.

Instituir estas novas práticas pode ser difícil, porém mais difícil ainda é mantê-las. Para garantir a continuidade delas é preciso ter "força de vontade", expressão extensivamente utilizada pelos entrevistados: "a força de vontade prevaleceu". Além disso, os estímulos são fundamentais. Para Ronaldo reconhecer que tem problemas de saúde e a sua gravidade foi, por si só, um estímulo. Ele ainda agrega que o reconhecimento público do seu esforço é muito gratificante, quando "as pessoas percebem a diferença, a estética é muito importante". Paulo também coaduna com essa posição: "...E você vê que seu corpo está bonito e que isso é bom, as pessoas admiram e leva você a querer a manter isso".

O próprio ambiente da academia e os laços de amizade estabelecidos são motivadores: seja pela solidariedade entre os que possuem objetivos semelhantes, ou por encontrar referências de padrões corporais que a pessoa gostaria de ter e trabalhar para isso. Entretanto, este também pode ser um espaço de competitividade repleta de conflitos, invejas conforme foi relatado por Ilda. Enfim, há uma diversidade de relações que podem ser estabelecidas como em qualquer outro espaço social. Tem-se ainda o apoio familiar, que Gilda encontrou através de seu filho, um estudante de educação física, estimulando-a ingressar em uma academia; assim como o apoio de profissionais vinculados ao cuidado com o corpo – professor de educação física, nutricionista, médicos – que também compuseram um papel importante de suporte e estímulo para alguns. O grupo de amigos – que pode ser das novas relações estabelecidas na academia ou de uma "'espécie de tribo" que cultua o corpo, são também fundamentais:

> Cada ano que passa, eu tenho que chegar nos lugares bem. Eu digo: não! Tem que correr, (...) eu me distrair um mês, tem que correr, tem que nadar galera, tem que fazer isso...o pessoal que anda comigo sempre se projeta...(Flávio).

A manutenção do estímulo também passa por diversificar as atividades para que não se transforme em uma rotina como alerta Paulo:

> Agora mesmo eu vou entrar em alguma arte marcial para manter o estímulo. Você sempre tem que está buscando alguma coisa diferente para manter, porque vira rotina. Eu sinto falta quando eu passo três dias assim sem fazer um exercício, fico um pouco nervoso, ansioso, assim parece que a consciência fica um pouquinho pesada, quando você come uma coisa já diferente, vira uma obsessão mesmo! Uma coisa, fato assim de quem está engajado nisso, quando começa mesmo, vira uma obsessão de querer chegar ao seu limite. Tudo bem que tem está mais você chega a ter mesmo um pensamento de ir o máximo que você puder (Paulo).

Paulo reconhece que fazer exercício "é gostoso, mas é uma coisa que você tem que forçar a sua natureza". O que ele deseja é que fosse: "Como estudar, escovar o dente, ir ao médico, tem que ser uma coisa mesmo de uma rotina. Agora isso tem que mudar para não...é que toda rotina chega uma hora que você não agüenta, tem que variar, mas que deveria ser..." (Paulo).

Em suma, após a ruptura com o cotidiano para instituir novas práticas, o desafio é transformá-las em novas rotinas, incorporando-as no cotidiano ordinário. Trata-se de instituir uma nova ordem, com novas rotinas contemporâneas que se pautam em novos parâmetros: criatividade, reflexividade constante, critérios bem familiares à contemporaneidade. No entanto, estas rotinas demandam constantes inovações e estímulos para se consolidarem. Para alguns, as inovações já estão consolidadas.

Ainda existe uma outra questão: quais seriam os limites para estas mudanças? Aonde se quer chegar? Há um limite também entre a instituição de uma rotina e a instituição de um vício? Ilda lembra como foi no começo:

> Mas também parecia enlouquecida, parecia não! Eu estava enlouquecida. Acabava de sair de uma síndrome de pânico, eu corria na esteira feito uma louca.(...) Praticamente em dois meses, 8 quilos (perdidos). Foi muito assim porque eu estava também meio...Tipo assim, aquele negócio de tirar aquilo no suor, ia tirar a medicação que eu ia tirar aquilo no suor, na medicação aquele negócio da briga com você, com você da incompetência, da impotência, aquelas coisas que a gente não admite que sempre fez que aconteceu daqui a pouco toma uma porrada. Depois eu fui fazendo diminuindo, diminuindo...(Ilda).

As palavras "vício", "obsessão", "síndrome" foram utilizadas com certa freqüência pelos entrevistados. Ilda decidiu então fazer uma negociação consigo

mesma para estabelecer um limite. Deve-se então trabalhar dentro de um espectro encontrando o "ponto ótimo" que oscila entre os extremos da desistência e abandono, de um lado, e do vício e obsessão de outro.

Observou-se também que há uma redefinição contínua de objetivos e metas: por exemplo, um emagrecimento, após uma modelação das formas e, em um dado momento, entra a alimentação. Trata-se de um trabalho por etapas e o que permeia é o culto da eficácia: melhorar, aperfeiçoar, sempre:

> Eu acho que o hábito que eu adquirir hoje, a minha idéia de sempre é aperfeiçoar. Acho que no ponto que eu estou não dá mais para retornar porque eu já vi que uma vida saudável não era a que estava vivendo antes e sim do que eu estou vivendo agora, porque a gente tem prova disso a todo o momento. O que você sente como você está hoje. Então, não tem porque regredir. Daqui para frente, eu pretendo continuar os meus hábitos e aperfeiçoando cada vez mais...(Marcela).

Aperfeiçoar sempre e não regredir ao corpo que tinha, motivo de grande temor, e com ele os problemas que tinha. A mudança de faixa etária também é um momento para recompor objetivos. Lúcia criou para ela o lema "Lúcia 2000" quando estava para completar 30 anos e já Ilda tratou logo de traçar novas metas lembrando que faria 40 anos dentro de seis meses e estabeleceu perder os quilos que desejava com a intenção de alcançar os quilos que possuía quando se casou.

Instituir mudanças nas práticas corporais significa instituir outras mudanças na vida, por exemplo, as suas relações amicais. João conta como teve que mudar de relações de amizade por causa de sua nova conduta em relação à vida:

> Eu saí do grupo, do *grupo dos gulosos*, e passei para outro grupo, que é o grupo da academia, desses amigos meus aqui da academia que obviamente tem o hábito alimentar que é um espetáculo!(...). Esse novo grupo é da academia, que a gente se reúne, a gente sai para tomar cerveja, a gente sai para dar risada, a gente bate-papo, a gente se encontra final de semana, ir à praia, um olha o corpo do outro, 'você está bem' (João).

As mudanças ainda podem trazer uma redefinição da relação com o trabalho. Ronaldo, que tinha dois empregos, hoje trabalha em um deles e não pretende arranjar outro por conta dos prejuízos que pode trazer para o seu corpo. Paulo,

que é médico, decidiu “abrir mão de muita coisa, ter uma vida mais regular, evitar gastos desnecessários para poder ter *minha* saúde”. Ilda e Lúcia, embora ambas revelaram gostar das suas respectivas carreiras, refletiam sobre a necessidade de priorizar o “cuidado de si”. Por outro lado, Dalva e Carla que estavam desempregadas já pensavam que o cuidado com o corpo era fundamental para tentar ingressar no mercado de trabalho.

Décadas atrás, a noção de mudar de vida estaria mais vinculada a uma idéia econômica e profissional: “subir na vida” seria construir a sua carreira, alcançar uma nova posição na hierarquia da sociedade. Hoje, mudar de vida se vincula também a noção do “cuidar de si”, que envolve seguir as normas de cuidado com a saúde em vigência mesmo que necessário seja abdicar um pouco da carreira profissional. Não que tal afirmativa seja disseminada na prática, mas tornou-se um aspecto a se refletir na vida dos indivíduos. Qualquer que seja a perspectiva, o corpo está no centro do palco da vida, exigindo, demandando, clamando por atenção.

Quanto aos resultados destas mudanças chama à atenção a idéia de “sentir-se bem comigo mesmo”, “eu me amo mais”, “gosto mais de mim”, “se sentir mais alegre”, “leve”, adjetivos relacionados à simpatia, beleza, compreensão, que perfizeram o universo de conotações centrados na noção de bem estar. Este “cuidado de si” e o “estar bem comigo mesmo” entrecruza uma elevação da auto-estima com doses de uma prática narcisista.

O corpo no centro das preocupações cotidianas

Muito teria a se discutir sobre os diferentes aspectos que foram aludidos ao decorrer deste texto. Alguns deles serão abordados nos próximos capítulos, outros não serão frente aos limites que regem a construção deste trabalho. Interessa aqui pontuar que, a partir dos discursos analisados, observa-se que há uma complexidade de elementos inerentes ao mundo contemporâneo que têm deslocado as preocupações em relação ao corpo para o centro das preocupações cotidianas dos sujeitos.

A possibilidade de uma construção do próprio corpo se confunde com a mudança do próprio *self*. Parece tratar de um processo no qual o emagrecimento e a modulação das formas corporais é o ponto de partida, abrindo portas e janelas para toda uma nova vida, arejando o interior, promovendo novas sensações de bem estar consigo, com os outros e com o mundo em geral.

Com as portas do corpo abertas para o mundo pode se instalar novas perspectivas – sejam afetivas, profissionais, nas relações sociais ou consigo mesmo – novas esperanças para encontrar as saídas dos males que atingem as mulheres e os homens contemporâneos. O corpo parece se transformar em um passaporte para tudo que é bom na vida.

Entretanto, estes processos de mudanças não se reduziram à mera adição de uma prática nova no cotidiano. Eles implicam em uma reestruturação mais ampla na forma de se relacionar com o corpo e com a comida, na forma de se relacionar com a vida. Vinculadas às trajetórias de vida experimentadas por cada sujeito, as mudanças proporcionaram novas formas de perceber e experimentar o corpo. Para alguns, as sensações de "desconforto" só foram percebidas a partir do momento que o bem estar começou a ser experimentado. É como se o corpo estivesse em silêncio e uma determinada ação o fizesse expressar as suas dores e o mal estar dentro de si, uma espécie de ampliação da atenção a si mesmo. É um "sentir-se outra pessoa", uma gestação de uma nova mulher ou de um novo homem entrando em cena.

Todavia, os caminhos perseguidos não foram trajetórias lineares e fáceis de traçar. Os entrevistados expressavam que, entre múltiplas inconstâncias e hesitações e até retrocessos, eles estavam e estão paulatinamente instituindo mudanças nas formas de lidar com o corpo, utilizando múltiplos esforços, travando uma batalha com as adversidades do cotidiano, contra o tempo e o envelhecimento, tendo "força de vontade", colecionando derrotas até alcançarem um patamar em que possam expressar um "bem-estar". Vigilante dos seus atos e do seu corpo, confiante no alcance de uma velhice sem perder a juventude, o sujeito contemporâneo caminha por estas esteiras que a ciência normatiza como deve ser. Ele descobre novas sensações corporais que por alguns eram até então desconhecidas, mudam as suas sensibilidades em relação a si.

O que está em jogo é a construção de um corpo perfeito, uma apologia ao bem estar, em um corpo eternamente jovem, livre das doenças, dores e sofrimentos como também da decadência provocada pela velhice. Os progressos da ciência reascendem continuamente o mito da eternidade e o mito da saúde perfeita cujo lema é a maximização da felicidade mediante a minimização do sofrimento. A saúde é colocada como um valor contemporâneo fundamental, um "capital" a ser gerido, não mais um estado, e sim uma ação, um comportamento moral e social. A doença, assim como a dor e sofrimento, não é mais um estado natural do cristão, que servia para expiar a culpa, vias

privilegiadas para alcançar o progresso moral e espiritual. Com a saída de Deus e com ele o castigo divino, resta higienizar o corpo destes males, que se constituem agora como intrusos no corpo – assim como a fome e o apetite os são. Não há mais culpa em ser feliz, gozar freneticamente a vida e nem os objetos que estão à disposição no mercado.

Os entrevistados também se mostraram muito preocupados com a velhice. O "medo de morrer" e o "medo de envelhecer" assumiram posições ativas nas preocupações do "como envelhecer" indicando a velhice como algo a ser construído. As ações indicam a busca hedônica do presente, mas com olhos bem abertos para o futuro que não pode ser descuidado. É a idéia de colonizar o futuro – utilizando a expressão de Anthony Giddens – em que os sujeitos estão buscando organizar o seu futuro corporal já que este não parece pertencer mais ao destino. Assim, eles calculam as possibilidades de ação, classificam quais são as positivas e quais são as negativas, classificam as que podem ou conseguem abrir mão e as que não são possíveis, processos que são revisados continuamente.

Dentre a necessidade com doses narcisistas de "se amar mais", "se gostar mais", entra em cena a necessidade moderna do "cuidar de si". O cuidado de si, o "ocupar-se de si consigo mesmo", esteve como um princípio presente nos discursos e que, de certa maneira, modifica a relação do ocupar-se com outras atividades, a exemplo do trabalho. Parece que a relação entre a ética do trabalho e a ética do lazer – neste sentido aqui engloba o tempo do não trabalho como as atividades de descanso e entretenimento – estavam sendo repensadas pelos sujeitos. A ação sobre o corpo e a dieta como uma ação reflexiva de si para si, uma ação subjetivada, aparece nos discursos. O corpo e as práticas corporais são ao mesmo tempo sujeito e objeto.

Uma vez instalada a preocupação consigo mesmo, é preciso transformá-la em um conjunto de ocupações, que implica em um labor. Um labor sobre si ininterrupto, no qual o culto da eficácia se apresenta, tendo o corpo como algo sempre possível de melhorar, aperfeiçoar, estabelecer novas metas e objetivos.

Lembrando Velho (2005), tais opções fazem parte dos projetos individuais na vida dos sujeitos que, evidentemente são construídos dentro de um campo de possibilidades estabelecidas histórica e culturalmente dentro do espaço e do tempo, e em função das experiências sócio-culturais vivenciadas pelos sujeitos. É aqui que se interconecta a construção do corpo moderno, com o desejo de ser moderno, de se afirmar dentro deste mundo que se conforma

dentro do espaço da cidade de Salvador que se moderniza. Uma cidade moderna não coaduna com corpos obsoletos que ficam um "pouco para trás" como afirmou um dos entrevistados. Assim, torna-se imperativo o estabelecimento de novas práticas sociais para os que querem adotar um estilo baiano moderno de se viver.

Resta-nos levantar uma questão: tais ações desenvolvidas por este grupo de sujeitos representam uma alienação ou estratégias de resistências que, frente às instabilidades do homem moderno podem oferecer um refúgio, uma dose anestésica aos males que afligem o sujeito contemporâneo?

Este estudo não tem a pretensão de responder a esta complexa questão. Restringiremos a discutir as questões pertinentes às permanências e transformações nas práticas corporais e alimentares dos sujeitos entrevistados, tendo como cenário a cidade de Salvador com as suas especificidades locais, nacionais e globais. É a discussão que seguirá nos próximos capítulos.

Capítulo IV

Sobre as práticas corporais e a atividade física

Este capítulo comporta duas partes. A primeira é sobre o corpo e a corporalidade explorando, a partir dos discursos dos sujeitos, as suas representações, sentidos e significados. Opera dentro de uma taxionomia elaborada através das falas entrecruzando com as construídas por outros discursos, particularmente o científico, com foco na antropometria. Foram múltiplas as maneiras de classificar o corpo: a primeira foi considerando uma morfologia anatômica mais ampla – as categorias do corpo gordo/obeso, do corpo magro, e do musculoso; e as outras formas foram mais minuciosas que procuraram dissecar o corpo seja "em partes" – tronco, abdômen e os membros; "em camadas" – gordura e músculos; ou ainda no corpo interno e externo focalizando especialmente o estômago. Por fim, discutirá brevemente alguns aspectos sobre o padrão corporal da mulher brasileira contemporânea.

A segunda parte se refere ao corpo em movimento. Ou seja, alguns aspectos sobre as mudanças e permanências das práticas corporais que se fazem presente no contexto soteropolitano – trabalho, lazer e atividade física, centrando na atividade física contemporânea, em que a academia de ginástica se constitui em um dos principais espaços para o exercício desta prática. Em seguida, explorará aspectos de como os entrevistados têm instituído a prática da atividade física no seu cotidiano, os itinerários perseguidos, os sentidos e significados desta prática, o monitoramento das formas corporais assim como as representações do metabolismo deste corpo imposto ao movimento. Considera estar em curso uma "política" de emagrecimento dos corpos, que será tratado nas considerações finais intercambiando com alguns comentários sobre tal "política" no contexto soteropolitano contemporâneo.

Sobre o corpo e a corporalidade

Os significados do corpo e sua corporalidade

Vigarello (2005c), pensando na história da anatomia, questionou o que seria descrever um corpo. A história da descrição dos corpos se confunde com a história da linguagem onde todo um vocabulário se constrói, utilizando uma série de modelos imaginários como, por exemplo, a interconexão da história

da anatomia com a arquitetura, a analogia da máquina, o impacto das descobertas de William Harvey sobre a circulação sanguínea, de Lavoisier sobre a combustão e o papel do oxigênio, enfim; são inúmeros os exemplos que fazem parte, modelam, redirecionam as formas de olhar, descrever e narrar o corpo.

Os entrevistados desta pesquisa foram desafiados a descrever alguns aspectos sobre os seus corpos e as suas corporalidades. No que tange à interpretação do que significa o corpo para os entrevistados, uma forte metáfora utilizada, sobretudo no discurso masculino, foi o corpo enquanto "máquina". Uma máquina "que temos disponível para atuar", perfeita e ordenada na qual tudo tem sua função e razão de ser. Uma máquina que exige cuidado, uma "boa manutenção", caso contrário, "o motor bate mais cedo" ou então fica "à deriva":

> Corpo é uma máquina. Se você não cuidar dele, pára, parando, um abraço. Então tem que cuidar do corpo, cuidar da máquina agora, ajeitar ela, deixar trabalhando direito porque se ela não trabalhar direito, bater o motor e já era (Alberto).

> O corpo para mim é uma máquina. Trabalha tudo certinho, tudo no corpo humano tem sua razão de ser, tem sua razão de estar ali. (...) é impressionante a forma que o corpo trabalha, a forma que o corpo reage ao estímulo de uma atividade física, a forma que o corpo reage a sua reeducação alimentar (Flávio).

Observa-se a concepção de uma natureza perfeita, em certa medida, mágica, que disponibiliza um instrumental que nos cabe cuidar, manter e utilizar da melhor forma possível. A metáfora da máquina tal como a concebemos ainda hoje, emerge no século XIX com a revolução industrial, identificando a natureza como perfeita e ordenada. Esta concepção substitui a máquina humana de Descartes em que a "força motora" era obra divina que responde ao comando da alma. Nesta nova concepção, natureza, indústria e atividade humana são ligadas pelos mesmos princípios e leis. Rabinbach (1992) destaca a revolução conceitual que trouxe a termodinâmica para esta visão do corpo humano, especialmente as suas leis de conservação de energia e da entropia. Estas leis explicariam a utilização do corpo como um motor humano que produz energia mecânica, revolucionando, por sua vez, a imagem do trabalho[1].

Todavia, a metáfora da máquina está em declínio. As discussões sobre corpo pós-moderno ou o corpo pós-orgânico, nas quais as áreas fundamentais da

tecnociência contemporânea – informática, telecomunicações e as biotecnologias – estão contribuindo para a produção dos corpos neste início de século, têm trazido para o imaginário coletivo um corpo-informação. Discute-se a idéia de um corpo obsoleto uma vez que as evoluções tecnológicas seriam muito mais velozes do que a evolução biológica. Assim, novos cortes são estabelecidos nas tradicionais fronteiras entre o organismo natural e os artifícios que, evidentemente, produzem novas metáforas referentes a estes processos de hibridização do homem com a tecnologia como a figura do *cyborg*, presente em produções cinematográficas como *Brade Runner*, *Inteligência Artificial*, *Matrix* dentre outros amplamente citados pela literatura (Silibia, 2003; Le Breton, 2003).

Apesar destes fenômenos, e mesmo estando parte dos entrevistados, de alguma maneira, inserindo os seus corpos no mundo digitalizado e informacional, a metáfora da máquina ainda persistiu com intensidade nos discursos. Não significa dizer que não houve mudanças. Os entrevistados fizeram referências sobre os exames de monitoramento da saúde ou do controle da atividade física, indicaram os seus desejos e restrições em relação às cirurgias plásticas, ou ainda as experiências virtuais produzidas pelas telecomunicações contemporâneas. A persistência desta metáfora também não descarta as possibilidades imaginativas trazidas pela mídia das produções científicas no campo da engenharia genética, por exemplo, ou ainda das produções artísticas, em especial o cinema. No entanto, isso possivelmente trata-se ainda do corpo de um outro, um corpo imaginário, ainda distante no corpo de si, o corpo vivido no cotidiano que continua composto de "carne e osso", e com forte influência do comando divino para as situações inexplicáveis.

Pensando então no corpo enquanto uma máquina que atua perfeitamente, os desvios – as doenças – são, cada vez mais, considerados frutos do 'descuido' do homem. Assim como uma máquina, o corpo exige manutenção e cuidados para garantir o seu bom funcionamento e a sua longevidade.

Este imaginário da máquina coadunou com algumas interpretações do corpo enquanto um *sistema*, "conjunto de órgãos e tecidos" ou ainda como "de carne e osso", sendo ele "a segunda parte depois do cérebro", uma dimensão essencialmente biológica e da subdivisão oriunda particularmente da anatomia. Esta visão do corpo em partes que se articulam remonta o século XVI no qual Mandressi (2003) designou como a "civilização da anatomia". A abertura dos territórios corporais através da lâmina, em nome da ciência e do conhecimento,

favoreceu novas perspectivas no que tange ao olhar sobre o corpo, fundado na fragmentação e se constituindo em uma verdadeira colonização. O corpo morto ofereceu elementos para compreender o corpo vivo. Eclodiu uma invenção do corpo, com mapas, nomenclaturas, classificações, e descobertas de novas regiões.

As novas leituras e narrativas sobre o corpo foram constantemente marcadas por um mútuo intercâmbio de metáforas com outros campos do saber como, por exemplo, a arquitetura. Artérias, veias, e vias das cidades, conforme lembra Sennett (2003), o sistema ósseo, a estrutura do corpo e estrutura arquitetônica que, por sua vez, oferece a noção da "metáfora do suporte", como foi utilizada pelos entrevistados, são alguns exemplos deste fervoroso universo de troca de imaginários. Vale, por fim, lembrar que a estrutura irá se mecanizar a partir do século XVIII, associando-se aos sistemas ósseos e musculares, por exemplo, em um processo de mecanização do mundo e, por conseguinte, irá influenciar na construção da metáfora da máquina.

O corpo também foi visto como um "suporte" da rotina diária e com um caráter também "situacional", ou seja, a sua "utilidade" dependerá da situação vivenciada no momento: "São as duas fontes, depende da situação, você não está numa festa pensando no seu corpo como sustento, você está pensando em chegar e tentar seduzir aquela mulher" (Roberto).

Uma outra perspectiva foi relacionada ao corpo enquanto um *corpo-aparência*, cujas metáforas foram as de "um cartão de visita" ou de uma "capa de livro", as quais já trazem escritos indícios do seu interior havendo assim uma relação entre aparência e essência.

> Acho que é um cartão de visita!, visita da personalidade da pessoa, não sei, não sei se interfere muito na personalidade, mas você às vezes tem idéia de quem é a pessoa...Um gordinho, gordinho falo da barriga, está dobrando essas... 'Pôxa!, Esse cara é relaxado...' Ou então, sei lá, o pessoal tem essa idéia se é gordo é preguiçoso, às vezes não é isso, não tem nada a ver, geralmente fica essa primeira idéia, aquele cara ali deve ser devagar para o trabalho e tal. (Álvaro).

> Se eu chego num lugar, primeiro chega meu corpo, então, aquela questão da vaidade está bem vestida, valorizar minhas partes (...) Eu parto daí, desse princípio: que o corpo é o primeiro que chega, então já vai uma preocupação maior a coisa (Sara).

Trata-se de um corpo enquanto um prenúncio, no qual é possível fazer as primeiras leituras da pessoa. Um corpo que espelha a sua essência, pois, segundo a própria Sara, o corpo "é a conseqüência, é a conseqüência do tratamento que eu dou a ele". Todavia, houve uma outra perspectiva do corpo enquanto "embalagem" ou um mero "acabamento" na qual a relação aparência não necessariamente corresponde à essência, ao interior: "Eu também gosto muito de corpo, acho legal, mas, antes de tudo eu, acho que o corpo é apenas o *acabamento*. O que é verdadeiramente importante que é o que a gente tem aqui dentro" (Ilda).

> Olha! O corpo, na verdade, é essa questão da vaidade, é algo assim meio fútil sabe? Porque o corpo é uma 'embalagem', eu vejo assim, o que importa mesmo é o que está dentro. (...) Então é, para mim, isso não é interessante se você não está saudável por dentro. Então o corpo para mim não tem tanto, o corpo é o aspecto exterior e tal não tem tanta importância quanto o interior. Então, eu acho bonito, é aquela coisa assim, 'cartão de visita', você chegar assim sua fisionomia seu corpo está bonito, mas, mais do que essa beleza a gente tem que está bem por dentro (Marcela).

A afirmativa de Marcela não a impede de trabalhar esta "embalagem", de afirmar que é vaidosa e que sente prazer em ter o seu corpo em forma, assim como para Ilda. Os extratos sobre esta questão, como se pôde observar, foram permeados de hesitações e dúvidas. Os discursos apontaram para um interior mais subjetivo: a personalidade da pessoa, a conduta em relação à vida – relaxado, preguiçoso – é "o que a gente tem aqui dentro", mas também englobava os aspectos subjetivos da saúde, o sentir-se saudável. Marcela coloca em dúvida a relação entre um corpo bonito e um corpo saudável.

De qualquer sorte, estas visões irão interferir também na perspectiva do cuidado. Ilda entende que cuidar do corpo, sem dúvida significa cuidar do seu interior, embora ela deixa a entender que pode se cuidar por fora sem se preocupar com o interior, o que poderia ser classificado como o "culto ao corpo". No entanto, ela se contradiz mais adiante quando considera "o corpo como apenas um acabamento": "É como se fosse uma *maquiagem* legal que você bota, que você se veste de uma maneira legal, de chegar e se sentir bonita e mais nada, mas é para mim, digamos assim, uma 'capa' de você" (Ilda).

Outras falas apontaram que o cuidado simultâneo do interior e exterior devem ser importantes, no entanto, não houve conflito em relação à importância do cuidado exterior, da aparência, mesmo por aqueles que indicaram uma possível relação enganosa entre as duas instâncias. Contudo, este cuidado exterior tem limites. Houve cautela em relacionar o cuidado com as formas corporais a um culto ao corpo, sendo este não aceito quando realizado exageradamente: "Trabalhar o corpo em excesso é como se a pessoa não tivesse a parte bonita de dentro e não ter tanto para complementar a parte de dentro" (Ilda).

A palavra "culto" emerge de uma dimensão religiosa e pode tomar uma conotação de "pecado" quando se trata do culto ao corpo, melhor traduzido como culto à carne. Nos discursos, o culto foi associado à vaidade na sua dimensão pejorativa e a uma certa futilidade, o que parece diferir do cuidado com as formas corporais que estão em voga.

O corpo também foi descrito de uma forma mais sensorial: "o corpo é tudo", "é referência da pessoa que expressa muitas coisas", "é a pedra fundamental da pessoa". Assume, em algumas falas, uma dimensão estética e sensual como, por exemplo, a fala de Virgínia:

> Corpo? Corpo para mim, é estética, antes eu me via gorda, sem jeito. Corpo é charme, corpo é arte, corpo é desenvoltura, corpo é sensação, corpo é alegria, corpo é beleza. Então se você cuida desse corpo, você tem tudo isso. Você passa a ter beleza, você passa a ter é sensação, você passa a se ousar. Corpo para mim é isso, agora corpo sadio, é uma coisa diferente, é um corpo que você pode chegar e dizer eu estou com um corpo saudável, eu estou de corpo limpo, eu me sinto no caso de áurea limpa, eu me sinto de alma limpa, eu me sinto de corpo beleza, eu me sinto tudo isso porque corpo faz parte da satisfação. (Virgínia)

Vale observar que se trata da interpretação de uma pessoa que modificou as formas corporais recentemente e experimenta uma nova relação sensorial com o seu próprio corpo. Virgínia adjetiva o corpo com uma extrema sensualidade que possivelmente jamais ela tenha experimentado desta forma. Isso indica que modificar as formas corporais de um corpo pode ser traduzido como modificações também da relação de si para si. Virgínia também entrecruza o corpo saudável com o "corpo limpo", não só das gorduras e das doenças, mas também uma limpeza da áurea e da alma.

O corpo também foi tratado por um dos entrevistados como um *bem*, "o único bem que é nosso", e para tal exige cuidados, "valorizar e guardar", da melhor forma possível. Nesta linha, o cuidado vai além da preservação e prevenção do corpo e passa a ser algo para preparar o corpo para um prazer sensorial: "o corpo é braço, perna, mão, você ser saudável, ser leve, ser ágil, ser disposta (...) Acho que ele tem que ser utilizado, eu acho que a flexibilidade, a agilidade, a leveza, acho que tudo isso também faz parte do corpo" (Lúcia).

Assim, corpo é corpo no seu sentido material, mas também é em seu uso e em suas sensações. Para ser corpo é preciso ser leve, ágil e flexível também. O corpo aparece nas entrevistas como, ao mesmo tempo, causa e conseqüência da existência. Ainda, ele se constitui enquanto tal se for saudável – que também foi associado por duas falas com o corpo limpo.

> o corpo para mim é mais importante do que tudo dentro de uma casa. Não adianta você ter um som bonito ter um som potente, uma televisão, tudo que você queira um sofá confortável, você vai ficar naquele sofá, você não vai se sentir bem devido a gordura que você tenha devido a roupa que você procura no guarda-roupa que um tempo dava hoje não dá mais. Ah! Para mim, ter um corpo bonito é quase tudo (Dalva).

A fala de Dalva indica bem o deslocamento da importância do corpo para o centro da vida dos sujeitos: do que adianta várias conquistas materiais se o corpo não pode usufruir bem deles? Ou seja, o conforto material em torno da vida que vem sendo construído e conquistado ao longo dos tempos modernos não substitui um conforto que um corpo magro, leve, belo e ágil pode proporcionar. Flávio também trabalhou nesta direção, valorizando um corpo que pode proporcionar prazeres sensoriais com os usos em detrimento de aquisições materiais.

Em suma, em meio à dificuldade para expressar ou "decifrar" o que seria o corpo, os entrevistados atribuíram inúmeros sentidos e significações a ele. Chama à atenção a dimensão do cuidado que esteve presente em todas as falas. O cuidado representou uma ação contínua sobre o corpo numa espécie de culto da eficácia que visa "melhorar cada vez mais" e da "melhor forma possível" para que possa aumentar a expectativa de vida, afastando as doenças e os malefícios que possa torná-lo não funcional, ou ainda promover novas experiências corporais baseadas no prazer em si, gostar de si e se amar mais.

Logo, corpo é saúde, em um sentido amplo no qual converge entre si o corpo saudável, magro e limpo, pois afinal, como afirma Gilda "um corpo gordo não é saudável! não é...?".

As classificações morfológicas

A antropometria é entendida como um estudo das medidas do corpo humano, seu tamanho, proporções e composições corporais. Considerada como um método simples de aplicação universal e de baixo custo, a antropometria tem sido amplamente utilizada para avaliar o estado de saúde e nutrição dos indivíduos e ainda capaz de selecionar aqueles que demandam uma atenção alimentar e nutricional e de saúde em geral (WHO, 1995).

O seu uso em classificação e comparação de medidas tem também a sua história no berço da antropologia. A antropometria foi usada nos séculos XIX e início do XX para classificar criminosos pelas características faciais (Courtine, 2005), e pelo Regime Nazista para classificar os corpos pertencentes à raça ariana distinguindo dos não-arianos, com o intuito de justificar as suas políticas raciais. No Brasil, um dos primeiros cientistas a trabalhar com a antropometria foi Raimundo Nina Rodrigues nos finais do século XIX e início do XX. Sob influências das teorias vigentes na época – as teorias eugenistas, racistas, assim como as influências nazistas, e ainda a "teoria da degenerescência" – Nina Rodrigues, apesar da sua contribuição para a compreensão da cultura africana, aponta o negro como inferior, com características "patológicas", deficientes e degenerativas contrapondo o homem branco "civilizado".

Todavia, já nos primeiros decênios do século XX, a antropometria começa a ser utilizada mais efetivamente para o diagnóstico da desnutrição infantil nos Estados Unidos, utilizando os grandes avanços realizados pelos estudiosos até então, e criando novos métodos diagnósticos. Nos meados dos anos de 1910, especialistas aplicaram as relações altura, peso e idade na cidade de *New York* em escolares, o que irá marcar o cerne dos métodos de avaliação do estado nutricional infantil posteriormente (Levenstein, 2003a).

No Brasil, sobretudo a partir dos anos 1930 com a identificação da fome como um problema social e também científico, especialmente na voz de Josué de Castro, o corpo do faminto começa a ser mensurado. Os meados dos anos de 1970 serão marcados por um grande inquérito nutricional da população brasileira que, juntamente com o processo de reabertura política,

tomará uma forte visibilidade social revelando as condições de vida dos brasileiros. Tais processos irão interferir nos decênios seguintes nos trabalhos da área de alimentação e nutrição com um intenso processo, quase que febril, de mensurar a fome nos corpos particularmente os corpos infantis.

Este trabalho de mensuração corporal adquire cada vez mais complexidade: novos grupos sociais se tornam alvo da avaliação nutricional – adultos, idosos, atletas e esportistas, adolescentes, e, mais recentemente, trabalhos publicados com a população indígena e os nipo-brasileiros, cada grupo com as suas especificidades de métodos, instrumentos e critérios de avaliação. Além disso, os instrumentos e técnicas estão progressivamente se sofisticando tais como a bio-impedância.

Os avanços científicos no campo da antropometria e os estudos que a relaciona com a saúde têm resultado na sua popularização: cada sujeito tem uma margem aceita cientificamente do "peso ideal", que está associado ao corpo saudável, prevenindo doenças e prolongando a vida. Por conseguinte, imagens de um corpo humano ideal são construídas, o que leva a múltiplas representações dos corpos que estão dentro e fora do padrão estabelecido: a norma e o desvio.

Todavia, não são apenas os discursos da antropometria que alimentam o imaginário dos sujeitos para categorizar os seus corpos. Eles utilizam categorias mais amplas, entrecruzando diferentes discursos – médico, hedônico, midíatico, dentre outros, mas ainda a produção de subjetividades que se relacionam nesta classificação. Nesta seção iremos interpretar como os sujeitos "diagnosticaram" os seus corpos e as suas representações.

O mundo dos magrinhos e o mundo dos gordinhos

> Sempre que penso no mulato baiano vejo um homem gordo. Gordo não apenas fisicamente. Como caráter também: bom, amável, glutão, sensual, agudo de inteligência, bem falante, mas de fala mansa, sabendo tratar tão bem os inferiores quanto os superiores. Comendo comida gordurosa, cheia de azeite, mas apimentada também (Amado,1996, p. 19).

Trata-se da descrição de um baiano "típico" traçado por Jorge Amado no *Guia da Bahia de Todos os Santos* escrito em 1945. Esta visão do gordo remonta

o trabalho que Fischler (1995) realizou na sociedade francesa, referindo-se ao paradoxo das representações do gordo, com uma imagem ambivalente. As suas entrevistas na França mostraram uma dupla imagem. De um lado, *bons vivants* que apresentam alegria, bom humor, gosto pela boa mesa e pelo convívio e, de outro, um doente, depressivo, um egoísta desenfreado ou mesmo irresponsável, sem controle de si mesmo. O primeiro é um gordo simpático e o segundo, um obeso, que só suscita a reprovação, quando não a aversão. Em suma, vários estigmas perseguem a compreensão da obesidade. O homem baiano para Jorge Amado se aproximava da primeira imagem, uma imagem "positiva" cuja descrição vai além da morfologia corporal percorrendo o caráter do baiano descrito. Aqui a aparência e essência se mesclam. Nas entrevistas, Virgínia discorreu sobre o mundo de hoje que, na sua compreensão, está dividido entre o "mundo dos magrinhos" e o "mundo dos gordinhos":

> Eu tinha a sensação de rejeição, de algo diferente da sociedade... era como se fosse dois espaços, duas barreiras, duas sociedades, a sociedade dos gordinhos e a sociedade dos magrinhos. Então era uma sensação de rejeição e uma sensação de tristeza, às vezes por não se adaptar bem na sociedade como um todo e sim uma parte da sociedade que lhe convém (...) Eu achava que as pessoas estavam falando de mim, coisas da minha cabeça, às vezes nem acontecia isso, mas eu me sentia praticamente insegura (Virgínia).

Possivelmente, a fala em relação ao corpo gordo de Virgínia se dá com mais facilidade pelo fato dela ter hoje um corpo com 12 quilos a menos, o que lhe traz uma grande satisfação, indicando que seu corpo tem uma maior aceitação social. Todos a admiram, comentam positivamente e até assumiu um papel de "consultora" por conta do sucesso. Esta divisão segregacionista em dois mundos também foi referida por João que se vinha caminhando "rumo ao mundo da obesidade".

Ou seja, a obesidade parece se conceber como um mundo à parte, ou melhor, à margem. Interessante notar que em um contexto em que há investimentos para valorizar as diversidades – que passa necessariamente pela aceitação das diferentes corporalidades, os obesos não parecem encontrar espaços. Os corpos femininos, os corpos dos portadores de necessidades especiais, os corpos negros e os demais corpos étnicos, os corpos homossexuais buscam o reconhecimento das suas experiências corporais, tanto de forma

jurídica como também cultural. Os movimentos colocam em cena as suas estéticas corporais próprias, as suas formas de pensar, agir e exercer as corporalidades, enquanto que os corpos obesos sofrem um processo cada vez mais forte de exclusão.

Esta exclusão passa pela patologização da obesidade, não mais apenas um "fator predisponente" para outras patologias. Trata-se de uma doença em si, cuja etiologia é marcada pela multifatorialidade na qual os fatores genéticos, ambientais e comportamentais se entrecruzam. Em relação aos fatores ambientais e comportamentais, destaca-se a evolução dos modos de vida marcada pelo sedentarismo e as transformações das práticas alimentares. Estes fatores nos levam a refletir sobre a questão levantada por Fischler (1995), os obesos são culpados ou vítimas? São culpados por sua glutoneria ou vítimas de suas glândulas?

Sob o estigma da morte precoce cravado nas suas células adiposas em que se considera que o próprio obeso as depositou sobre o seu corpo com a sua glutoneria e falta de controle; seguem as visões sobre este corpo entre os entrevistados.

O gordo e o obeso

Em um estudo sobre o estado nutricional da população de Salvador, os dados de avaliação antropométrica mostraram que 26,9% dos adultos têm sobrepeso e 13,6% deles são obesos (Assis e outros, 2002). Tais dados estão em consonância com a média nacional que destaca que cerca de 40% da população brasileira se encontra acima do peso esperado[2].

Mas afinal o que significa ser obeso? E ser gordo? Embora freqüentemente estes dois conceitos sejam utilizados como sinônimos, eles parecem aportar algumas diferenças. A obesidade dentro do discurso científico hoje é conceituada como um acúmulo de gordura corporal em tal proporção que poderá trazer prejuízos à saúde. A principal classificação do corpo obeso hoje é realizada através do Índice de Massa Corporal (IMC) que relaciona o peso do indivíduo e a sua altura. Através do IMC, os corpos podem ser classificados em baixo peso, normal, sobrepeso e obesidade. Esta classificação é adotada pela Organização Mundial da Saúde e tem um caráter universal. No entanto, há limites como, por exemplo, a multiplicidade de morfologias corporais e de biotipos físicos existentes no mundo representam um desafio para a antropometria impor uma classificação universal baseada em uma população de referência que está ainda longe de ser representativa da população do planeta.

Já o corpo gordo pode ter uma outra interpretação. Este parece assumir outros critérios de classificação baseados na própria cultura local. Ser gordo em Salvador não necessariamente será o mesmo que em outras cidades brasileiras ou em outras cidades internacionais. Os limites de tolerância e aceitação podem ser variáveis. Evidentemente, que os critérios utilizados para classificar o corpo gordo também farão parte das culturas locais. Além disso, nem sempre as pessoas classificadas como obesas ou com sobrepeso se reconhecem enquanto tal. Vejamos, por exemplo, a fala de Ronaldo quando compara a visão do corpo gordo na sua cidade natal com a visão em Salvador:

> Não havia ninguém com preocupação com a saúde e principalmente com a parte estética. Éramos todos barrigudos, todos roliços e felizes. A questão é que não é só a falta de preocupação, as pessoas normalmente costumam a sentir primeiro na pele e aí procurar ajuda (...) o fato de você está assim, com uma aparência de gordo, corado no interior (...) você estava magro, porém com saúde, mas era sinônimo de doença. Não havia preocupação em se alimentar bem e sim a preocupação em se alimentar muito. E até hoje no interior é assim, a maioria do interior é assim (Ronaldo).

Ronaldo e nem as pessoas em seu meio cultural reconheciam o corpo gordo como um problema. Muito pelo contrário, era sinônimo de saúde. A sua nova compreensão, que o levou a fazer "um tratamento", veio a partir da emergência de problemas de saúde e também da sua ambientação com a nova cidade. Esta nova relação com o espaço urbano soteropolitano que possui outros conceitos e noções corporais transformou a sua relação com o seu próprio corpo. Ele passou a sentir-se gordo e, ao mesmo tempo, obeso no momento em que tal perspectiva significa um problema de saúde. Ou seja, o seu processo de redefinição do corpo foi também consubstanciado pelos discursos científicos.

Assim, a cidade tem um ritmo que impõe aos corpos que nela vivem e estes devem acompanhar. Pode-se também afirmar que se sentir gordo passa por um jogo relacional consigo, com o outro e com o mundo. Reconhece-se gordo quando se olha para o outro. Ter um corpo gordo significa ser gordo, um adjetivo que se substantiva, podendo até substituir o nome próprio e dá uma marca identitária à pessoa. Vejamos como Virgínia sentia isso: "...quando você vê uma gordinha na rua, o nome daquela gordinha passa a ser 'gordinha' ou 'aquela gordinha' entendeu? Eu não me sentia bem quando me chamava

pelo apelido gordinha. Eu queria ser chamada por Virgínia, não 'aquela gordinha'" (Virgínia).

Assumindo a posição que Sara apontou anteriormente, que quando ela chega é o corpo que chega primeiro, é a forma corporal uma das primeiras dimensões sensível ao olhar. Houve também quem associasse o ser gordo com ao "sentir-se como tal" e não um resultado de uma avaliação mais objetiva: "o que eu acho é o seguinte: a palavra gordura, eu estou gorda, não é o quilo, é o que incomoda a você" (Ilda). Esta afirmativa desloca o ponto de referência do exterior para ser referência em si mesmo e suas sensações.

Ser gordo foi categorizado como uma "coisa horrível", "a pior coisa que pode existir" e que não é possível descrever claramente: "Só a pessoa vendo, engorde um pouquinho, aí depois você me pergunta, engorde um pouquinho depois você me diz"(Flávio). O reconhecimento do outro pode ser algo difícil de escutar:

> Porque as pessoas lhe olham: 'Rapaz! Você está gordo!' Isso física, mental é ruim você escutar um negócio desse, psicologicamente você olha assim 'Meu Deus! Eu sou um homem vaidoso...' e você se olhar no espelho, 'Meu Deus! O que é isso? Você parar e você ver, Chega! Está na hora de parar aí e 'correr atrás e ver se volta ao que era' (...) a sensação ainda do peso é indescritível, é indescritível, não tem como dizer como é, acima do peso, muito acima do peso, você imaginar aí, não sei nem como dizer isso, é horrível, é horrível pra tudo, esteticamente é triste, não sei nem como colocar isso em palavras é muito difícil (Flávio).

O extrato acima coloca em cena os "julgamentos" dos outros e o impacto negativo nas suas vidas, constatando que ser gordo e sentir-se gordo faz parte de um campo de interação social no qual são construídas as classificações no coletivo. Só a "pessoa vendo", ou melhor, só a pessoa sentindo e, para tal, só passando pela experiência. Poderá também provocar a experiência da vergonha de si, seja nos momentos íntimos de um casal, seja na exibição do seu corpo nos espaços públicos:

> Até do momento íntimo ele, eu ficava com vergonha de me despir, só queria ficar no escuro, porque qual o homem que não quer ter sua esposa bonita? (...) então eu me sentia mesmo parecendo que o mundo tinha se acabado para mim e era horrível (Dalva).

Dalva no cotidiano "esconde" o seu corpo em roupas largas que é uma atitude criticada pelo marido e pelas amigas entendendo que a "masculiniza". Experiência similar de vergonha também foi vivida por Pedro:

> Na verdade, eu não tinha nenhuma opinião formada sobre isso porque era muito escondido, eu escondia muito o corpo. Eu não ia à praia de sunga, ia muito de short, não usava camiseta regata, sempre usava camisa de manga, não sei o porquê... Acho que era coisa mais subconsciente do que eu querendo (...) Tinha uma pontinha de querer, mas eu não me mostrava, acho que esses 8 quilos me prenderam a não me mostrar. Agora a sociedade às vezes impõe isso a você, mais eu me segurava, não me mostrava tanto quanto hoje (Pedro).

Tal atitude mudou e Pedro utiliza roupas que possam valorizar os músculos e a sua estética corporal nova. Outra diferença também é o ser gordo e ter aparência de gordo, como descreve Ilda:

> Se você olhasse assim, eu não era gordinha, eu tinha praticamente oito quilos mais do que eu tenho aqui. Eu sempre tive perna grossa, sempre tive bunda, então era mais roliçinha, mas nunca fui (gordinha), porque nunca tive cintura grossa, nunca tive aspecto de gorda, nunca tive barriga, mas eu tinha braço mais grosso, perna bem mais grossa...(Ilda).

A categoria "roliça" confronta com a "estética da linha" que marca o padrão de beleza contemporâneo. Lipovesky (2000) aponta a cumplicidade da estética da linha com a arte moderna na qual uma das tendências é a rejeição da ornamentação priorizando as formas chapadas, os ângulos cubistas, as superfícies abstratas e arestas construtivistas. Aponta também a sua relação com a recusa do destino reprodutivo como signo identitário do corpo feminino.

Logo, não basta não ser magro ou emagrecer, é necessário buscar formas padronizadas. Assim, ser gordo também está associado à distribuição das partes corporais que precisam de uma certa proporcionalidade. A antropometria também se vincula a esta questão estabelecendo uma proporcionalidade referencial, a exemplo da relação cintura quadril (RCQ) que é um preditor de risco em relação às doenças cardiovasculares. Não apenas o peso é suficiente

nesta avaliação científica, é importante estabelecer o percentual da gordura corporal como também dimensionar a sua distribuição.

No entanto, a rejeição ao corpo gordo não fica apenas na rejeição da sua imagem. Os entrevistados também consideraram os limites para o uso do corpo no cotidiano. Primeiro, o sinal de cansaço a que Ronaldo se refere:

> Eu trabalhava dirigindo o dia todo e o interessante é que isso até então eu ficava assim, eu me sentia muito cansado, devagar, lento para fazer as coisas, mas eu me sentia bem, embora as pessoas falavam assim 'ah! Mas você está cansado'. Eu estava cansado, mas achava que era em virtude do meu trabalho. As pessoas que têm tendência à obesidade, têm um trabalho sedentário, elas ficam pensando sempre que é por causa do trabalho que você está naquela condição. Na verdade, *o grande culpado é você* (Ronaldo).

O cansaço, historicamente atribuída ao trabalho, vai tendo a sua origem deslocada, na visão de Cláudio, para a sua condição de obeso, em que o grande culpado é o próprio indivíduo. Há também a idéia de imobilidade e incapacidade que são percebidas ao subir escada, nos problemas que trazem às articulações, dentre outros, que limitam o exercício da corporalidade. A pessoa gorda "fica impossibilitada de fazer um bocado de coisa".

> Quando eu vejo uma pessoa gorda demais fico imaginando 'meu Deus! Como essa pessoa consegue se movimentar, se mover com esse peso todo...' Porque a pessoa fica, uma 'pessoa meio inútil', assim, 'porque não tem aquela agilidade que uma pessoa com o corpo normal tem'. Se sentar num certo lugar numa certa posição não consegue levantar (Gustavo).

> Porque traz vários problemas. Eu falo assim, problema para o coração, essas coisas assim, a gente não pode ter uma vida sedentária, tem que andar, até mesmo assim para respirar, para fazer tudo dificulta muito (Carla).

Há também a análise da inutilidade do corpo para o mundo do trabalho formal. Dalva que procura emprego reflete o quanto o corpo gordo pode ser um limitante para encontrar um trabalho não apenas por conta da possível incapacidade para o trabalho, mas também pela imagem corporal do trabalhador:

> Até eu mesmo, qualquer pessoa quando chega, seja lá em uma clínica, numa firma, até para fazer uma ficha, você olha que eles não colocam aquelas mulheres obesas, nem do cabelo... Normalmente, é muito discriminada a mulher que não se cuida, principalmente assim que trabalha em recepção, sempre colocam mulher bonitinha, que a calça fique legal, uma blusa, por mais que seja inteligente, entenda do assunto, eles não vão colocar. Bota lá para dentro, vai fazer qualquer coisa, trabalhar em arquivo, vai ficar fechada lá dentro. (Dalva).

Dalva durante a sua entrevista discorreu sobre este ponto como alguém que estivesse observando atentamente o cenário do mundo do trabalho, pois também estava interessada em entrar em cena. Observava que não seria fácil conseguir com o corpo que possuía. A fala de Dalva indica a existência de um mundo do trabalho que procura “esconder” os corpos gordos nos trabalhos menos qualificados e que interajam pouco com o público em geral. Poulain (2003) já havia observado alguns estudos sobre a relação entre a obesidade e a mobilização social em que, por exemplo, o casamento funcionaria como uma espécie de triagem para a ascensão de mulheres magras assim como o desenvolvimento das carreiras profissionais também se altera a favor dos corpos magros.

Em suma, o discurso científico tem buscado instituir uma reclassificação destes corpos, dentro do processo de medicalização da obesidade: o obeso é um doente. Seu corpo excessivo, não operacional, não ágil, não é mais útil para a sociedade contemporânea e é preciso tratá-lo. É preciso reestruturar os seus comportamentos não menos patológicos: uma gula que passa a ser considerada como síndrome: síndrome de compulsão alimentar.

Assim, a visão do homem baiano, retratada por Jorge Amado, vai perdendo espaço na velha cidade da Bahia. Evidentemente, que o universo empírico aqui trabalhado não representa as múltiplas visões que pairam sobre o corpo gordo/obeso na cidade. Todavia, pode-se somar a multiplicação das academias de ginástica, inclusive nos bairros populares, os discursos que proliferam nos espaços midiáticos – incluindo a mídia local – a publicidade dos *outdoors* como uma academia que utilizou a expressão “afinamos violão”; as conversas de rua, fatos que indicam que a baiana e o baiano têm mudado as formas de ver e trabalhar sobre o seu corpo. O corpo que circula em uma cidade na qual o movimento, a velocidade ganha espaço na sua dinâmica. Assim, frente a estas representações construídas levam a uma opção: a busca do corpo magro.

O corpo magro

> Um certo dia, Diana encontrou uma velha conhecida que não via fazia longas datas. De imediato notou que havia emagrecido bastante e logo exclamou: - Maria! Nossa como você emagreceu!! Me conta o que você fez?. Maria, com um semblante um pouco triste, respondeu: - Não, menina... Minha mãe teve um infarto e eu estava duas semanas no hospital com ela (Diário de campo, 2004).

O desconforto de Diana foi tamanho frente à situação constrangedora. Tal história nos traz algumas revelações. Foi-se o tempo em que emagrecer tinha uma conotação negativa – alguma doença da própria pessoa ou na família, uma decepção amorosa – na qual as pessoas sofriam, deixavam de se alimentar e perdiam peso. Perdem também espaço as expressões populares "ser magra de ruim", "seca de ruim", que foram largamente utilizadas no espaço soteropolitano. Esta conotação negativa perpassa pela imagem do corpo magro faminto que ainda marca o cenário brasileiro. Hoje, os esforços que eram feitos para engordar ou para não perder peso, passaram a serem substituídos pelos esforços para emagrecer. Em contrapartida, a AIDS trouxe para o cenário contemporâneo uma conotação negativa da magreza extrema como fora a tuberculose outrora. Hélio foi um jogador de futebol profissional, hoje já aposentado, lembra do seu corpo no começo da sua carreira dizendo: "eu parecia um tuberculoso, era seco demais agora você imagine!".

Atualmente, a magreza é valorizada e buscada, mas isso não é de hoje. Vejamos no cenário soteropolitano o diálogo entre Dona Rozilda e Dona Norma, personagens de Jorge Amado no seu livro Dona Flor e seus Dois Maridos escrito nos meados dos anos 1960:

> Parava ante dona Norma, descansava a maleta, a cesta e o pacote no chão para melhor examinar a outra, medi-la de alto a baixo, e dizer-lhe, num elogio velhaco:
> - Pois, sim senhora.... Não é para lhe gabar, mas vosmicê engordou um bocado... Está bonitona, moderna, gorda de fazer gosto, benza-te Deus e te livre do mau olhado...
> Ajeitava a cesta de onde os caranguejos tentavam fugir, persistia renitente:
> - Assim é que eu gosto: mulher que não liga para besteiras de moda...Essas que andam por ai fazendo regime para emagrecer, termina tudo tísica... Vosmicê...

> - Não diga isso, dona Rozilda. E eu que pensei que estava mais magra...Fique sabendo que estou gramando um regime daqueles brabos... Cortei o jantar, tem um mês que não sei o gosto de feijão...
> Dona Rozilda voltou a considerá-la com olho crítico:
> - Pois não parece...
> (Amado, 2002, p. 42).

Tal trecho indica como algumas representações em relação ao corpo magro e o corpo gordo se modificam na sociedade soteropolitana dos anos de 1960, assim como apresenta estratégias dietéticas utilizadas para emagrecer. Há um contraste entre duas gerações sobre o que representa ser magro, ser gordo e o emagrecer.

No contexto internacional, a valorização do corpo magro percorre todo o século XX, especialmente a partir dos anos 1920, no entanto, esteve voltado para as camadas médias e superiores. Nas camadas populares, este fenômeno se dissemina mais recentemente. Canesqui (1976), estudando a alimentação em um bairro popular no Estado de São Paulo nos meados dos anos 1970, encontrou algumas exceções de "mulheres que se consideravam gordas, preocupando-se com os regimes para o emagrecimento, expressando nesta preocupação a delgadez, tão valorizada pelas classes médias e superiores" (p. 143).

O corpo magro é a referência principal para o corpo moderno, que simboliza ao mesmo tempo saúde, bem estar e beleza. Courbeau (2002) lembra que a magreza se impõe não apenas como uma regra estética, mas como uma qualidade moral. Para ser belo e amado por todos e por si mesmo é necessário ser magro, complementa.

Os entrevistados freqüentemente relataram como sentem diferenças em ter um corpo magro tanto nas atividades diárias - ao dormir, caminhar - como também no lazer. A sensação é "indescritível": "emagreça e depois me diga". No entanto, há uma diferença nos relatos do corpo magro e do corpo emagrecido, conforme a observação de Alberto:

> Quando eu estava mais pesado, mantive sempre um corpo mais magro, sempre tive um condicionamento físico bom antes e aí eu engordei demais. Um corpo muito acima do peso você sente a diferença durante, agora e depois. Acima do peso, depois de você ter emagrecido de novo, você percebe que você está gordo não faz o que você fazia em termo de sair, ter disposição para tudo isso (Alberto).

Diferença entre o corpo magro e o emagrecido, ou seja, quem já passou pela experiência de ter um corpo obeso apresenta interpretações diferentes de quem sempre foi magro. Emagrecer representa uma conquista, cada vez mais importante para a vida dos sujeitos, logo, as sensibilidades a este "novo corpo", parecem ser mais aguçadas. Os próprios discursos a favor do emagrecimento ressaltam estas sensações do corpo magro. Os relatos dos que emagreceram enfatizam as vantagens para a vida, para a saúde e para a relação consigo mesmo de tal forma que excitam os indivíduos a este "novo" prazer de ser magro. Há um verdadeiro *marketing* que induz a abrir mão de outros prazeres como o prazer em comer, por exemplo. Assim, o desejo de emagrecer se desloca da própria necessidade do emagrecimento. Transforma-se, por vezes, em um objetivo em si mesmo.

O corpo magro significa dizer um corpo "enxuto", ou seja, sem gorduras, associado à leveza, agilidade, flexibilidade, conceitos tão bem apropriados para o mundo contemporâneo. No entanto, de que corpo magro está se falando? Como se relaciona o padrão da magreza quase que anoréxica veiculada pelas imagens das modelos internacionais com o padrão do corpo da mulher brasileira? Como se relaciona com a magreza do corpo faminto ainda tão presente no cenário brasileiro e soteropolitano?

Batista Filho e Rissin (2003), discutindo a transição nutricional no Brasil, demonstraram que houve uma redução do déficit ponderal nas mulheres adultas entre 1975 e 1989, e um posterior aumento entre 1989 e 1996 nas áreas urbanas em todas as regiões, exceto a Norte. Nas áreas rurais permanece o declínio nos dois períodos, exceto do Centro-Sul, que tem um comportamento similar ao das regiões urbanas. Santos (2002a) indica que esta constatação dos autores pode abrir espaço para discutir a magnitude das práticas de emagrecimento no Brasil, tendo em vista que, do ponto de vista epidemiológico, o déficit ponderal é associado à pobreza, cujas formas corporais são determinadas pelas condições de vida. Esta é uma questão a merecer reflexão: pode-se considerar que o padrão corporal desejado pelas mulheres, aliado a uma ampliação das condições de manipular as formas corporais, esteja já interferindo no próprio padrão antropométrico da população feminina brasileira? O poder de agenciamento sobre o próprio corpo já pode ser um dado importante a ser considerado pela epidemiologia nutricional?

Sobre o significado da magreza, Santos (2002a) compara dois estudos realizados em duas capitais do Nordeste, São Luís e Salvador. Em São Luís, Tonial (2001) remarcou que as mulheres desnutridas pobres relacionam o corpo

magro com a fome, que representou a fraqueza de seus corpos para enfrentar as atividades diárias de trabalho não fazendo parte do corpo idealizado pelas mulheres. Já o corpo magro delgado nas classes mais altas representou um modelo para ser utilizado como instrumento de ascensão ou promoção social. Trata-se de um padrão corporal vinculado à estética, à conquista do parceiro, à possibilidade de seguir a moda de vestuário, às exigências de boa forma física, ao requisito de inserção no mercado de trabalho e como símbolo de status social, segundo as entrevistadas.

Em um outro trabalho desenvolvido por Freitas (2002) em camadas populares da cidade de Salvador, a autora pôde observar interpretações que se aproximam do estudo anterior. Enquanto as mulheres que vivem nas camadas médias produzem uma relação com a aparência fundada no signo do emagrecimento como uma escolha de vida, as que vivem nas camadas populares do mundo urbano utilizam o termo *light* e o emagrecimento com outros significados que não excluem em definitivo do seu desejo de consumo. A autora observa que há uma diferença de interpretações entre as gerações nas camadas populares: enquanto que para as mulheres mais jovens, ser magra significa ser *light*, "um disfarce do corpo emagrecido pela fome crônica", uma necessidade para adquirir uma valoração social; para as mulheres com mais de trinta anos, "tanto faz ser gorda ou ser magra". Elas estão em um mundo onde são pobres e sem oportunidades de mudar a qualidade de suas vidas. As mulheres mais velhas são as que vêem a magreza como uma fragilidade da natureza humana e não como beleza.

O corpo magro também tem o seu caráter situacional. No período das entrevistas, uma jovem moradora de um bairro popular que não fez parte do universo empírico, afirmou que ela até gostaria de ser uma Gisele Bündchen desde que ela estivesse dentro do mesmo contexto que a modelo vive. Dentro do seu bairro, ser uma Gisele não teria valor, "os homens do meu bairro gostam de carne!", afirma. Ou seja, não significaria sucesso para a vida sentimental e para o casamento. Todavia, ela desejava emagrecer, reduzir as gorduras da região abdominal, mas não perder as formas arredondadas que marcam as características corporais do padrão "referência" da mulher brasileira e baiana.

Por fim, o corpo contemporâneo é uma referência que não se esgota em ser 'isento' de gorduras, mas precisa ter músculos rijos, visíveis na morfologia corporal, mas que, ao mesmo tempo, não impeça o corpo de ser flexível. Sobre esta construção do corpo rijo, João discorre sobre a sua noção de "corpo

definido": "é você pegar no seu corpo e sentir músculo não é sentir gordura (...) Antigamente não, você pegava a pelanca, despencava, você pegava nas partes do meu corpo era assim" (João).

Desta maneira a busca do emagrecimento não significa apenas a redução de peso, significa a "redução de medidas", a modelagem global do corpo. Emagrecer e rejuvenescer também estiveram caminhando lado a lado no discurso dos entrevistados. A idéia de "voltar ao meu peso", ou "voltar o que era antes", ou ainda, "ao peso que tinha quando casei" indicam uma nostalgia do corpo magro e jovem, mas também da própria juventude perdida. Os sujeitos parecem estar em busca desta juventude perdida na fonte das práticas corporais de emagrecimento.

A muscularidade e a magreza andrógina

Embora as mulheres demonstrem mais preocupação com o peso, não se pode deixar de considerar que o corpo musculoso também tem participado, cada vez mais, do universo feminino. Bordo (1997) destaca os caminhos pelos quais o corpo da mulher idealizado tem transitado para um possível "corpo andrógino" nos últimos 30 anos: a extrema magreza dos anos 1960 e o *look* mais atlético dos anos 1980 podem ser circunscritos dentro do discurso da magreza andrógina, que é marcada pela rejeição do símbolo da maternidade feminina do século XIX. Por outro lado, os homens têm também se preocupado cada vez mais com o emagrecimento dos seus corpos buscando eliminar as gorduras.

O objetivo do corpo construído, conforme visto nas entrevistas, é de reduzir a gordura corporal, particularmente a subcutânea, aliado a hipertrofia e/ou rigidez muscular. Trata-se de uma modelação corporal que João já realizou e em seu discurso se percebe um verdadeiro processo de transformação:

> Transformei tudo, eu tinha os braços sem definições, abdômen sem definição. Não tinha essas marcas não tinha nada. O pescoço era gordo, não era musculoso. Aquela coisa não tinha o sabor, aquela vontade de dar risada na vida. A minha filhinha chegou para mim e disse assim: 'Oh, papai! Eu adorava você mais gordinho' Eu digo: 'eu me odiava gordinho' Pelo amor de Deus! (João).

Pedro afirmou que "o homem nunca tem limite para o corpo, quanto maior melhor" que coaduna com a menção que fez Ilda sobre uma fala de seu

sobrinho: “a vida começa após os 40 centímetros de braço”. Estas afirmações demonstram que os homens possuem uma preocupação com o seu corpo, ainda que o corpo feminino seja mais problematizado. Mansfield e McGinn (1993) chamam a atenção para a presença da corporalidade masculina nas imagens midiáticas, seja nos esportes, nos filmes, nas revistas especializadas, dentre outros veículos de divulgação. Há um processo crescente de “desnudamento” do corpo masculino assim como a afirmação do seu apelo erótico.

“Crescer músculos” é um importante aspecto da modelação corporal masculina. As relações muscularidade e masculinidade têm sido feitas em alguns estudos, marcando a conexão histórica entre músculo-poder-homem, como uma espécie de corporificação do poder nos músculos. Entretanto, a muscularidade tem tido uma multiplicidade de significados.

Bordo (1993) ressalta que os músculos têm simbolizado o poder masculino, operando como um código de naturalidade da diferença sexual. Ao mesmo tempo, eles têm sido associados ao trabalho manual e ao status proletário, como ainda têm um significado racial (o trabalho do negro escravo). Além disso, também se vinculam à animalidade, não-inteligência e insensibilidade. Atualmente, o corpo musculoso tem se tornado um ícone cultural e o exercício físico, uma atividade glamourizada e sexualizada. Tem-se tornado símbolo de correta atitude, que aproxima beleza, saúde e bem-estar. Le Breton (2002) ressalta o paradoxo no qual se tem a valorização da muscularidade – a identidade é também construída nos músculos – ao momento em que as tecnologias do trabalho substituem as atividades que exigem força. Assim, o homem gordo, que sustentava seu poder baseado no ócio como os antigos “coronéis” no Brasil, não encontra mais espaço de aceitação social.

Courtine (1995) destaca que, nos EUA, o músculo está por toda parte, ele escapou, há tempos, dos circuitos dos estádios e às cordas dos ringues, reinando sem distinção nas pequenas e grandes telas. No entanto, o autor traz importantes questionamentos sobre que relações essas imagens hipertrofiadas do corpo masculino, esta ‘supervirilização’ da aparência, mantêm com a redefinição das relações entre sexos. Estas múltiplas representações da muscularidade fizeram parte dos discursos dos entrevistados.

> Esses caras fortes demais são ‘feitos de laboratório’, a gente chama de laboratório, porque toma muita droga, já fica inchado, e por aí você já tira que não tem inteligência para tal, para saber o que isso.

> Musculação para ficar forte, para adquirir um bocado de mulher. Tem mulheres também que são burras porque a mulher que o cara que chama atenção de uma mulher porque é forte, é porque gosta de carne mesmo, porque quando chega para conversar, eu não o que isso vai ser! (Narciso).

Esta é a fala de Narciso, praticante de musculação. Percebe-se a idéia de que a presença exagerada de músculos pode "atrofiar o cérebro" ainda está presente no imaginário popular. Platão já alertava para os perigos do excesso da prática de atividade física como algo que poderia "aprisionar a alma". Narciso também fez referências ligadas ao uso de anabolizantes, como o corpo 'feito em laboratório'. Nenhum dos entrevistados mencionou utilizar anabolizantes, contudo, disseram ter amigos e colegas de academia que fazem uso e estimulam aos demais. Embora se possa afirmar que há uma disseminação do uso de anabolizantes, esta prática é difícil de ser dimensionada por ser uma prática ocultada nos discursos.

Na fala de Narciso, observa-se uma certa artificialidade dos corpos que utilizam anabolizantes. O seu uso foi considerado como "antinatura" por outros entrevistados que pensam ser melhor deixar os músculos crescerem "naturalmente": "Não adianta você está se aplicando bomba, não adianta. Você pode crescer naturalmente. No máximo um suplementozinho alimentar a base de proteína. Eu tomo um polivitaminicozinho" (Flávio). O uso de suplementos nutricionais não apresenta a mesma interpretação do uso de anabolizantes, sendo até considerado "natural". José que gostaria de ver os seus músculos crescerem rapidamente, faz uso de suplementos e resiste aos estímulos dos colegas para utilizar anabolizantes.

José não vive sem os suplementos protéicos. Para aumentar a sua cota de proteína ele já passou um período consumindo doze claras de ovo por dia. José ainda fez uma tipologia do corpo forte: o corpo que malha na academia, o dos esportistas e o dos utilizadores de anabolizantes. Segundo a sua fala, os três são facilmente distinguíveis: jovens que "malham" e concentram mais peso em cima, nos braços, peito, costas, não malha muita a perna, desenvolvendo mais desenvolve mais a parte de cima do corpo; os que praticam esporte e tem o "corpo todo mais dividido e mais equilibrado" e os que usam anabolizantes que ficam com um "o aspecto inchado".

Várias outras distinções podem ser feitas se olharmos os corpos musculosos que circulam no cotidiano da cidade. Não é difícil distinguir o corpo de um

trabalhador braçal de um praticante de academia de classe média e alta, as arquiteturas musculares de acordo com as etnias. O corpo é, na afirmação de Vigarello (2003), um arquivo vivo da história, assim, a arquitetura corporal é marcada pelo seu uso cotidiano no trabalho, nas práticas esportivas, enfim, nas experiências corporais vivenciadas pelos sujeitos. Narciso ainda destacou a importância do uso do corpo musculoso por homens jovens das camadas populares com o intuito de ter "um corpo forte" que facilitará encontrar emprego como segurança: "tem gente que malha por um objetivo, para ficar forte, para fazer fisiculturismo, para disputar campeonato, mas tem gente que malha para ser segurança e realmente é aprovado" (Narciso).

Pensar sobre o que representa um corpo "bombado" na classe popular, sem tempo e dinheiro para freqüentar a academia, uma droga injetável pode ajudar na sua construção da identidade: respeito no bairro em que mora, sucesso afetivo, como também profissional, pois há profissões que exigem a força física, ao menos em potencial, como a de segurança. Vale lembrar a importância da segurança privada especialmente nas capitais brasileiras. É a segurança privada que vigia os prédios, os condomínios fechados, a festa das classes médias ou ainda, em Salvador, segurando as cordas dos blocos de classe média e alta durante o Carnaval baiano que separam os corpos ricos e dos corpos pobres. Especialmente no verão soteropolitano, a segurança privada representa uma grande oportunidade de trabalho em virtude da proliferação dos eventos festivos para os baianos e particularmente para os turistas.

Todavia, tais perspectivas para a hipertrofia muscular têm limites para alguns. Flávio contou que quando ele estava com 23 anos pesava 78 quilos. Não sendo "muito alto", sentia-se gordo "quer dizer não saia nada do meu corpo, não mostrava nada" e aquilo o incomodava. Hoje, ele "pega um pesinho" mas "não pega para ficar 'marombeiro', você vê que eu não sou forte, sou um cara magro". Ser forte e ser magro é uma preocupação também de Paulo que tem muitas dúvidas de como conduzir a sua alimentação para que atenda aos dois objetivos simultaneamente. Narciso também trabalha nesta direção, malha por vaidade para ficar "sarado", não deseja ficar "fortão" lembrando que muitas mulheres gostam de homens magros. Pedro diz que malha "não para ficar monstro, mas diferenciado do que era antes". Compartilham também desta idéia Roberto e Alberto. Roberto prefere ter "um corpo definido. Eu não quero um corpo estranho, 'parecendo um animal'. Eu quero um corpo definido que me dê força, que seja forte". Já Alberto pensa que "malhar para ficar com

‘corpão’, com ‘corpaço’, estar grande isso para mim, não me atrai. Eu não acho que tenha necessidade de você ficar imenso, cheio de músculo, cheio de dobra no corpo, eu não gosto daquilo, acho feio” (Alberto).

Assim, a prática corporal para fazer “crescer o corpo”, diferenciar, delinear, definir as suas formas encontra os seus limites, caso contrário, entrará no “desvio”, no corpo “bombado”, “pocado”, “monstro’, “enorme”, “animal”. A categoria de “monstruosidade” foi utilizada tanto para o corpo obeso quanto para o corpo excessivamente musculoso. Para estes, é preferível um “corpo nem tão forte e nem tão magro”, um corpo “definido” que dê força e flexibilidade.

Do ângulo feminino, parece que a tendência seria menos a hipertrofia muscular do que a sua rigidez. A muscularidade já é uma preocupação para o universo feminino, o que pode metaforizar a sua busca pelo poder na sociedade. Mansfield e McGinn (1993) consideram que a prática do *bodybuilder* feminino é marcada por uma natureza transgressiva da mulher. Os autores questionam qual é a relação entre a muscularidade e a feminilidade e como isso afeta a relação entre a muscularidade e a masculinidade. Nos extratos acima, pôde-se notar que a rigidez das formas corporais não contrapôs o padrão construído para a mulher brasileira com “cinturinha” e um “bumbumzinho”. Assim, alinhando as formas na sua recusa da maternidade, enrijecendo os músculos incorporando algum grau do valor da virilidade e poder, o corpo feminino contemporâneo vai representando a sua condição social atual.

Já o corpo masculino contemporâneo progride no seu processo de hipertrofia muscular, mas também vão incorporando o princípio de um corpo magro, livre de gorduras, porém forte e também flexível. Além da atenção aos músculos diferir em relação à rigidez e à hipertrofia, as regiões musculares mais focalizadas também diferem em relação ao gênero: a parte superior do corpo ainda é uma preocupação mais masculina e a inferior mais feminina. Desta forma, pode-se sugerir que ainda estamos distantes da construção de uma magreza andrógina de maneira similar às diferenças pautadas nas bases da organização contemporânea entre os gêneros.

O padrão corporal da mulher brasileira contemporânea

As construções corporais femininas e masculinas e as relações com a muscularidade e adiposidade diferem do ponto de vista do gênero. Dalva observa em sua fala a preferência do homem brasileiro e baiano pelo bumbum.

Tais observações foram mais fortes nas camadas populares do que nas camadas médias, a exemplo de Suzana que afirmou gostar de ficar "magrinha com tudo no lugar. Eu gosto de ver o músculo aparecendo". Por outro lado, comenta Telma, "o corpo não precisa disso, acho que cada um tem o seu jeito, já tem a sua estética, já tem o seu formato, não precisa ficar assim (...) 'as pessoas não respeitam a natureza do corpo'" . As mulheres que estão na academia buscam os músculos mais rígidos que hipertrofiados. Além disso, a distribuição das partes corporais prioritárias para serem trabalhadas com a atividade física difere: os homens querem "ganhar massa muscular da cintura para cima e as mulheres, glúteos e pernas, homens malham braço, peito e costas, não pernas" como salientou José.

Pereira (2000) discutindo o mapeamento simbólico do corpo encontra na representação verticalizada do corpo humano uma escala de qualificação-desqualificação em relação à parte superior e inferior. A primeira, formada pela cabeça, tórax e membros superiores, é a parte nobre do organismo onde se localiza o pensar e fazer humano. Já a segunda, que inicia no abdômen e vai até os membros inferiores, estão as áreas de maior pudor do corpo humano, diabólica e divina, erótica, onde mistura sexualidade e reprodução. Assim, a associação da mulher com as partes inferiores e os homens com as partes superiores ainda parece persistir na geografia do espaço corporal, apesar das insistências na modelação abdominal – representativo da maternidade – e da rigidez muscular – representativo do poder viril. Sara teceu severas críticas ao padrão corporal em vigência indicando a preferência pelo padrão da mulher brasileira, afirmando ainda que "essa coisa de magreza hoje é coisa de status de dinheiro".

> Eu quando eu vejo um desfile, por exemplo, eu acho que, como a maioria das mulheres também, eu fico olhando. Eu acho horrível na verdade aquela coisa de padrão de magreza, eu acho horrível como pode ser assim tão magra, tão... isso é beleza? Mas por outro lado, tem o dinheiro que compensa. Elas são obrigadas a permanecerem nesse padrão porque elas são pagas para isso (Sara).

A extensão das críticas de Sara em relação ao padrão de magreza para a cidade de Salvador não é possível dimensionar, o fato é que elas existem. A nível nacional, há um importante contingente de celebridades famosas consideradas ícones de beleza que apresentam as formas corporais arredondadas oriundas do clássico padrão de referência da mulher brasileira. O discurso de Sara mostra que ela

observa os corpos, critica-os como ainda seleciona o que ela desejaria a exemplo da "barriga de tábua", no entanto, não dispensa valorizar as formas do seu quadril e das suas pernas. Além disso, ela encontra uma razão para justificar a popularidade do padrão de magreza: "o dinheiro que compensa". Sara ainda revelou como outras duas entrevistadas, que desejaria fazer uma cirurgia para reduzir os seios em plena era do silicone.

Observou-se então que o desejo de emagrecer não parece conflitar com os clássicos padrões da mulher brasileira. Vale lembrar que não é de hoje que as mulheres buscam se "adequar" a um padrão de beleza. O padrão de beleza considerado da mulher brasileira, a beleza mulata, a beleza da garota de Ipanema repleta de sensualidade ao caminhar nas praias cariocas se tornaram ícones que foram construídos, se difundiram pelo mundo, mas que, de fato, não representam as diversidades corporais femininas existentes no Brasil. A complexa miscigenação entre as diversidades das morfologias corporais indígenas, das africanas e das européias compõe um amplo universo de corpos brasileiros. As mulheres brasileiras sempre procuraram com as tecnologias disponíveis de cada época se adequar ao padrão vigente.

Todavia, o padrão clássico de beleza da mulher brasileira tem sido revisitado[3]. Por exemplo, não se pode confundir o significado das pernas grossas e roliças da famosa vedete Virgínia Lane dos anos 1950, com as pernas grossas e musculosas da dançarina Sheila Carvalho nos anos 1990, por exemplo. Os novos quadris não suportam as duas polegadas a mais que apresentava Martha Rocha, a morena baiana de olhos verdes, e que a fizeram perder o título de Miss Universo nos anos 1950. Este padrão contemporâneo também não contradiz com os seios contornados com quotas generosas de silicone[4]. Nos meados dos anos 1990, a participação do corpo de personalidades como Sheila Melo, Sheila Carvalho, Carla Perez ou ainda "A Feiticeira" e a "Tiazinha", foi relevante no cenário brasileiro representando um padrão moderno de beleza brasileira, tornando ícones, especialmente das praticantes de academia. Hoje ainda, especialmente nas telenovelas, lançam padrões de beleza que se populariza a exemplo da beleza exótica e miscigenada da atriz Juliana Paes cuja fama pode indicar uma resistência ao padrão retilíneo ou a própria idéia de padrão único.

Em suma, sugere-se que há uma construção de um novo padrão de beleza da mulher brasileira que incorpora elementos mundializados, a exemplo do uso de silicone nos seios e a importância dada aos músculos que são mais utilizados

para otimizar regiões corporais tradicionalmente valorizadas. As formas roliças dada pelo depósito de gorduras em determinadas regiões do corpo são substituídas pela definição da muscularidade. O global e local dialogam e recriam os corpos.

No entanto, críticas foram feitas a Carla Perez por ter feito uma série de cirurgias que modificaram as suas formas corporais "naturais":

> Para mim, ela tinha um corpo bonito, hoje ela está toda esculpida, mexeu no corpo todo e é um corpo todo lapidado. Roseane não, ela tem aquele corpão dela 'de natureza'. Acho que deve fazer academia, claro, pela profissão que ela tem, mas ela tinha os seios pequenos (...) mas Carla Perez está toda mudada, ela mexeu no nariz, o ser humano sempre quer mudar, sempre não está acostumado com o que tem, agora, eu acho que ela exagerou muito (diz enfática), ela está toda deformada, o corpo dela não está legal. A mulher está procurando cada vez mais se afinar (...) Para mim mulher bonita é Roseane e Valéria Vanessa (Telma).

Roseane, citada no extrato, é uma dançarina baiana que ficou no segundo lugar no concurso que elegeu Sheila Carvalho para o grupo "É o Tchan". Uma mulata de formas avantajadas tal como o modelo de mulata tradicional, como a própria dançarina Valéria Vanessa, a ex-"Globeleza", também citada. Contudo, Roseane também já passou por uma lipoescultura, "modernizando" as suas formas corporais.

Nas entrevistas observações também foram feitas sobre a estética corporal popular feminina realizada por Marcela. Ela tem dois anos morando no bairro e observa como as mulheres se vestem e se portam, tecendo suas críticas:

> Eu acho isso assim tão eclético porque, por exemplo, tem muita gente aí não está ligando para esse padrão de beleza. Eu tiro assim pelo bairro aqui onde eu moro, é um bairro de pessoas pobres, um bairro muito popular, tem muita gente, é incrível, se você reparar, a maioria é gorda mesmo, têm estômago alto e elas têm aquela coisa assim de se vestir como se não tivesse aquele corpo, ou seja, é como se elas desejassem ter um outro corpo. (Marcela).

Por fim, estas breves notas sobre o corpo da mulher brasileira buscam ressaltar as mudanças no próprio padrão que nem se mantém o mesmo e nem segue às regras mais universais. Constroem-se padrões e, como efeito, "contra-padrões". A Empresa Dove, por exemplo, lançou a *Campaign for Real Beauty*

com a mensagem de que “cada mulher tem na pele uma história”, conclamando adeptas para contrapor o padrão de beleza único. A empresa difunde campanhas publicitárias exibindo corpos fora do padrão corporal esperado com a visibilidade das gorduras, marcas e cicatrizes, dentre outras características, que, em tese, deveriam ser anuladas, camufladas ou não exibidas. Do ponto de vista dos sujeitos, estes, em certa medida, também selecionam o padrão que lhes convêm, como demonstrou Sara, indicando uma reflexividade sobre os mesmos, que distancia da idéia de uma mera “imposição” dos padrões de beleza. Esta imposição geralmente é atribuída à mídia que parece assumir uma feição quase que diabólica e homogênea nas suas mensagens.

É interessante ainda notar que três entrevistadas oriundas de classe popular, revelaram o desejo de fazer cirurgia para reduzir os seios, em plena era dos seios ‘turbinados’ pelo silicone, o que pode reforçar que a construção deste novo corpo moderno brasileiro tem seus limites de acordo com o padrão mais universal.

Outras taxionomias corporais

A idéia de classificar, descrever o corpo é histórica: a divisão corpo e alma, interior e exterior, em três cavidades – craniana, torácica e abdominal – e extremidades, em composições teciduais e outras tantas construídas representam tentativas de leituras para explicar e compreender o corpo. Mandressi (2005) chama a atenção para estas diferentes formas de leituras que vão se imbricando à medida que vão se acumulando ao longo do tempo. A retomada da dissecação anatômica e a emergência de um novo saber sobre o corpo fornecem uma série de formas de categorização obedecendo aos princípios científicos da época como, por exemplo, a descrição de cima para baixo, do simples para o complexo, do aberto ao fechado. A decomposição do corpo em partes se traduz em um modo de fragmentação em que se situava o projeto da narrativa anatômica; partes que logo irão se engendrar para conceber a idéia da máquina humana. Este processo, por fim, aporta uma complexa gramática de representações.

No imaginário dos sujeitos, estas classificações penetram e se fundem com outras – por exemplo, as oriundas do discurso religioso ou místico – e com este arsenal eles reinterpretam e constroem as suas próprias classificações corporais. Seguem algumas delas realizadas com base nestes discursos bem

como as problematizações de determinados aspectos considerados mais relevantes para o estudo em questão.

O corpo em partes: a barriga como epicentro

Conforme já referido anteriormente, parece que as mulheres, em termos gerais, preferem a rigidez muscular à hipertrofia dos músculos e ainda, mesmo que as mulheres desejem ganhar massa muscular, elas não focam nas mesmas partes que os homens. Para José, as mulheres trabalham mais as partes inferiores – abdômen e pernas – e os homens as superiores – braços e tronco, peitoral. No entanto, há um ponto de consenso entre os dois gêneros que é a região do abdômen, a popular "barriga".

Esta que já fora símbolo de status e de poder dos coronéis ostentando o ócio e a dominação, hoje é completamente rejeitada, e para as mulheres, a região que mais simboliza a maternidade. A imagem da barriga em dobras, com toda a sua flacidez, tornou-se insuportável, algo estranho ao corpo que deve ser eliminado. É ela que aparece em primeiro lugar "a mulher quando chega em qualquer lugar, a primeira coisa que olha quando você senta. Ressai logo, antes de olhar para a sua fisionomia é para barriguinha" como destacou Dalva. Esta interessante afirmação pode até colocar em cheque a supremacia da fisionomia do rosto na definição da beleza como também da identidade.

A barriga não somente representa o símbolo da obesidade, mas também o sensor de que as coisas estão mudando:

> Você olha para o seu corpo, você vê que não é aquilo, 'Pô! Nunca tive barriga!'. Você olha para barriga e ver a barriga *nascendo*, aquela barriga já dos velhinhos aposentados na porta de bar tomando cervejinha e jogando dominó. Aquela velha barriguinha 'aparecendo' e você ver aquilo 'crescendo' nunca teve. (Alberto).

A idéia da barriga que "nasce" ou da barriga que "cresce", tem, junto a ela, um símbolo de decadência, da perda da juventude, a decadência representada pelos "velhinhos na porta de bar tomando cervejinha e jogando dominó". Uma imagem da velhice que já não se quer mais ter. Em seu lugar, uma velhice ativa e "atlética". Não tem mais idade para trabalhar o corpo e para travar uma batalha contra a barriga. Talvez ela não precise ser "toda dividida", como afirmou Telma, ou deseje mesmo ser como uma "tábua"

como prefere Suzana, ou ainda "esculpida" como as das celebridades, mas ela é um motivador de mudanças. Telma disse que não desistiu de tirá-la, enquanto Pedro disse que deixou de se 'estressar' tanto com ela.

Do ponto de vista científico, a luta contra a barriga é árdua para aqueles que querem modelar o corpo. É possível o indivíduo alcançar o emagrecimento, porém é comum a manutenção do acúmulo lipídico na região abdominal, um acúmulo que aumenta com o avançar da idade. O exercício físico e a dieta são capazes de promover uma perda do percentual de gordura corporal, mas não é possível especificar as áreas. A área de educação física discute o papel dos exercícios abdominais que, embora promovam um enrijecimento dos músculos da região, eles parecem ser pouco efetivos para a perda da gordura local. A ciência, do ponto de vista da saúde, também discute os perigos da circunferência abdominal. A relação circunferência cintura e quadril pode indicar um risco para doenças coronarianas que irá contribuir de certa forma para esta "abdomenofobia".

Já a mídia explora a imagem da barriga de diferentes formas: exibe imagens da região abdominal nas capas das revistas, na Internet, nos *outdoors*, produz material específico com exercícios e dietas direcionadas para "tirar a barriga", para "reduzir medidas". A barriga é algo para ser "tirado", excluído do corpo, ou ao menos reduzido. A preocupação com as gorduras localizadas na barriga parece disputar o foco que as mulheres brasileiras historicamente centram nos glúteos.

Não sendo possível modelar com dietas e exercícios físicos, resta a opção da lipoaspiração, prática cirúrgica cada vez mais popularizada. As entrevistas apontaram para uma tendência a redução do temor em relação às cirurgias plásticas e a ampliação do desejo em fazer mesmo nas camadas populares. Torna-se um desejo de consumo.

O corpo em camadas: a lipofobia saúda a "musculatria"

Um corpo em "camadas": pele, gordura subcutânea, músculo esquelético, sangue, ossos e os componentes viscerais; traz uma visão anatômica que disseca o corpo como uma boneca russa rumo ao seu interior. Para a antropometria, a compreensão dos níveis de composição corporal se tornou fundamental para os seus avanços científicos, utilizando diferentes níveis de composição que vão desde o nível atômico – água, carbono, nitrogênio etc. – ao corpo como um todo (World ... 1995). Um elemento importante é a divisão da massa magra, que engloba todos os compartimentos corporais, exceto a gordura; e a massa

gorda. Aqui centraremos em duas delas que adquirem uma “visibilidade” na construção do corpo contemporâneo: os músculos – que seria o músculo esquelético – e as gorduras – que seria a gordura subcutânea e a gordura circulante. Estas duas camadas parecem estar dividindo a atenção historicamente dada à pele na aparência corporal.

Como está sendo discutido no transcorrer deste texto, há uma relação contraditória entre as gorduras e os músculos: uma “encobre o corpo” e, portanto, não é desejada, e a outra deve ser exibida. Parece haver uma guerra entre estas duas categorias, uma batalha entre o bem e o mal. Os discursos em relação à exibição dos músculos, que devem ser mostrados, definidos e delineados, parecem se referir a algo quase que visto a olho nu. Desta maneira, exibir o corpo é mais do que desnudá-lo das suas vestes, é também desnudá-los das gorduras possibilitando exibir os músculos. É nos músculos que também tem sido construída a identidade dos corpos contemporâneos como afirma Le Breton (2003). Conforme já referido anteriormente, das representações oriundas do trabalho pesado, escravo, braçal, visão de animalidade e de brutalidade, e ainda do erotismo, atualmente a muscularidade assume a atitude correta e saudável de trabalhar o corpo.

A gordura corporal já teve uma imagem positiva vinculada à função da gordura protetora subcutânea contra as agressões, frio, sol e idade; como ainda de uma reserva energética para os períodos de penúria alimentar. Nesta perspectiva, alimentar-se poderia ter a função de não só atender as necessidades do organismo no plano mais imediato, mas também proporcionar a construção de uma reserva energética, uma segurança futura para o organismo. Evidentemente, tal perspectiva influenciaria a própria imagem corporal aceita socialmente. Um corpo que exibe reservas energéticas sob forma de gordura subcutânea aparente estaria mais associado a um status social. Contudo, tais imagens têm sido progressivamente modificadas. A gordura corporal está mais associada a um signo de ineficácia social não sendo mais aceita na escultura morfológica dos corpos (Courbeau, 2004).

Na fala dos entrevistados, a imagem da gordura corporal pode ser classificada em duas categorias: a gordura interna circulante nas artérias e veias e a gordura subcutânea, aquela que encobre o corpo. A gordura interna está mais relacionada com a questão da saúde e a metáfora do “entupimento” como se pode observar no seguinte extrato:

> ...às vezes lá em casa joga gordura na pia e de repente entope. Ai joga soda cáustica para desentupir (...) imagine! Aquela gordura que você se alimentou, está lavando, entope um tubo imagine dentro da gente? que é a mesma gordura? Você está comendo gordura, você está sentado, você não está se movimentando comendo uma coisa e tal, e de repente entope e para você ter problema no coração não precisa ser só cardíaco não! Tem gordura entupiu aquela veia ali, vai embora...(Hélio).

Hélio, que afirmou ter medo de morrer, utiliza uma analogia entre a gordura que entope a pia e a gordura que entope as artérias construindo na sua fala as imagens deste movimento no interior do seu corpo, melhor, no interior das suas artérias. A gordura foi considerada por outro entrevistado como "a pior coisa que pode existir dentro do organismo do ser humano" como uma "causadora de uma infinidade de coisas ruins para o corpo". Segue afirmando que é "aquela coisa que entope vasos, entope artérias, provoca isso, provoca aquilo, não é benéfica". A gordura também foi considerada como algo que pode levar à morte. Gustavo recorda que perdeu uma pessoa muito importante na sua vida "por causa da gordura": "ele era muito gordo e não cuidava muito do hábito alimentar dele e acabou morrendo por causa da gordura, as artérias dele entupiram".

A imagem do entupimento pode ser relacionada a algo que impede a fluidez dos líquidos corpóreos dentro de uma sociedade em que o valor do movimento prepondera. Não flui, não circula, não purifica. Se antes a idéia das purificações do corpo estava vinculada aos dejetos orgânicos, hoje as gorduras assumem esta posição "denunciando os *stokages* e não os apodrecimentos" como assinala Vigarello (1999). As gorduras não devem mais ser depositadas nos espaços íntimos dos corpos, torna-se um "corpo estranho", um *obstáculo* que causa aversão, que se infiltra, invade, entope e pode até "estourar".

Sennett (2003) destaca a importância da descoberta de Willian Harvey, em 1628, sobre a circulação sanguínea. Provocou uma revolução científica que mudou a compreensão do corpo e as suas analogias com as compreensões do mercado livre no capitalismo moderno que emergia. Adam Smith foi um dos primeiros a utilizar as descobertas de Harvey como metáforas para a sua análise econômica sobre a circulação de bens e dinheiro. Assim também o foi para as reformas urbanísticas com as aberturas de vias, imaginando uma cidade de artérias e veias contínuas. O sangue assume uma importância vital para a

compreensão da vida mais do que o próprio coração. É ele que circula, transporta e garante o crescimento de cada tecido e órgão. Múltiplas metáforas vieram em relação ao sangue em torno do seu fortalecimento e limpeza.

As descobertas em relação às taxas sanguíneas do colesterol e a sua relação com as doenças coronarianas trazem esta nova perspectiva de "limpeza", como já mencionado acima, das vias que obstruem coincidindo com os rumos do capitalismo e a sua política neoliberal. Percorre a idéia de que o Estado e suas políticas sociais se transformaram em obstáculos para o desenvolvimento econômico e, portanto, devem ser eliminados. Os governos, assim como as empresas privadas na era neoliberal, devem estar mais "leves", ágeis e flexíveis, e, para tanto, a lógica é cortar excessos, gastos, acúmulos sem utilidade. Devem ser "enxutas", assim como o corpo que deve ser "enxuto". A metáfora "cortar gorduras" ou "excessos" é uma constante nos discursos políticos atuais.

Assim, as imagens da gordura interna estão mais próximas da saúde, criadas a partir de uma virtualidade que marca as representações internas do corpo. Notou-se que a preocupação com a gordura interna em relação à subcutânea aumentou na medida em que a idade dos entrevistados avançava. Parece diferir das imagens da gordura subcutânea, camada mediada pelos músculos e pele, e que apresenta um certo grau de sensibilidade quase que visual e táctil: "a gordura é mole" ou "é uma coisa fofa" vista como algo "feio" ou "horrível!!'", que causa "deformidade" no corpo: "Gordura é minha barriga, minha barriga está cheia de gordura, ela significa deformidade", afirma Alberto, ou ainda, "gordura é um complemento que ajuda a modificar o corpo desejado" para Virgínia.

As maiores expressões de visibilidade das "deformidades" corporais que as gorduras subcutâneas provocam parecem ser a barriga, mais uma vez, e a celulite. Estas foram intensamente citadas quando se referiam a gordura, com toda a sua flacidez e exuberância, indicado pelas noções de "gordura acumulada" e "gordura localizada": "Eu imagino aquilo entrando direto na minha bunda, toda vez que eu como uma coisa muito gordurosa, eu, meu Deus do céu, está aqui direto na minha barriga (...) umas banhinhas dobrando cheia de celulite na barriga, eu não gosto não!" (Suzana). Vejamos uma descrição bem radical de Narciso:

> A mulher passa por você dá tchau aquele negócio no braço deste tamanho se balançando todo, se tremendo todo, parecendo uma geléia assim, o cara correndo assim, a barriga tremendo para cima e para baixo. Uma menina bonita de rosto que simpática demais, linda!

> Mas quando você vê o corpo de biquíni na praia é quadrada, é redonda, é enorme de gorda (...) é uma coisa feia, uma coisa chata (Narciso).

A idéia de "deformidade", algo "feio" e "chato" – não só percebida pelos discursos, mas pelos gestos faciais de rejeição – foi recorrente nas entrevistas assim como a de "incômodo: "mas a gordura incomoda realmente incomoda em todos os sentidos, mas têm pessoas que está nem aí...". Tais incômodos podem ser tanto associados à questão funcional do corpo para as suas atividades diárias, quanto ao incômodo de uma aparência não agradável na qual as roupas não cabem. Foi expressiva a associação da gordura e aparência da roupa. As roupas por vezes aparecem como o instrumento de avaliação das dimensões corporais assim como de satisfação quando se alcança o emagrecimento, traduzida no "caimento da roupa" e a maior liberdade de escolhas do que vestir. Veremos este ponto mais adiante.

A idéia de incômodo também pode ser associada ao sentir o corpo pesado, na idéia de um "fardo": "quando eu corro me incomoda" ou ainda: "Ave Maria! É horrível! Você está dormindo, fica pesando, para andar fica pesando, veste uma roupa fica feia, tudo isso fica difícil" (Maria). O corpo repleto de gordura é um fardo inconveniente que prejudica a imagem, o movimento, sua livre expressão e liberdade. Combina bem com uma outra conotação expressa que é a do *excesso*, algo que "passou do limite", daquele que "come além das calorias necessárias". "Para mim é excesso. Eu vejo gordura como excesso, é a tradução total para mim da gordura" (Marta). Ou ainda para Carla: "A celulite também é excesso de gordura", uma gordura que deforma o corpo.

Uma última conotação está associada ao comportamento de si para si no que tange às gorduras: "sabe o que eu acho? 'Negligência', negligência pura, só é gordo quem quer, na maioria dos casos...", ligada a alguém "que não gosta de si, sabe que não pode comer as coisas e come de gaiato, come de ousado, por usura" sendo esta última uma afirmação de Narciso.

Tais afirmativas corroboram com o estudo de Fischler (1995) na população francesa que considerou que os obesos são vistos como os únicos culpados de sua condição: eles são gordos, porque comem muito e não são capazes de se controlar. São considerados transgressores, que parecem violar constantemente as regras que governam o comer, o prazer, o trabalho e o esforço, a vontade e o controle de si.

Sendo a gordura ora representada como uma deformidade, um incômodo, um fardo, um excesso, ou uma negligência, ou ainda um obstáculo, resta desviar-se dela, pois, para Cláudio, ela representa "tudo que eu não quero hoje!", ou para Virgínia: "Bom, gordura para mim, virou uma obsessão, não! Como eu posso dizer, uma aversão, um 'bicho papão' na minha vida praticamente..". Virgínia sem hesitações reconstruiu o seu pensar sobre a gordura que já foi para ela tão tolerada sem maiores incômodos ao menos conscientemente.

Estas novas sensibilidades em torno das gorduras e músculos também modificam os próprios conceitos de emagrecimento. Este não representa necessariamente reduzir o peso e sim modificar a composição corporal: aumentar a massa magra e diminuir a gordura.

O corpo externo e interno: o destino do estômago

Certamente, as visibilidades orgânicas do interior do corpo ao longo dos últimos séculos têm modificado as sensibilidades e percepções do corpo íntimo. Do lugar onde reside a alma, depois interceptada pelos bisturis dos anatomistas sobre os cadáveres descobrindo os órgãos internos, à reprodução das imagens internas do corpo vivo, graças aos avanços tecnológicos na área médica; os sujeitos vão criando novas relações entre o exterior e o interior do corpo. Silibia (2003) traz a noção da endocolonização de Paul Virilio para caracterizar um processo de inserção subcutânea de componentes não-orgânicos, hibridizando os corpos com materiais inertes facilitados pela tecnociência contemporânea. Esta conquista do espaço interno do organismo humano via um largo aparato de videoscopia, ressonâncias magnéticas, ultra-sonografias, ecografias, *scanners*, cirurgias sem cortes através da inserção de dispositivos nano-tecnólogicos, técnicas mais sutis que reduzem a agressividade dos bisturis e suavizam o espetáculo cirúrgico; tem interferindo na percepção dos limites tradicionalmente estabelecidos entre o corpo real e o corpo virtual. O corpo pode passar também a ser a sua própria imagem (Levy, 1996; Le Breton, 2003).

As discussões anteriormente realizadas sobre o conflito aparência e essência, sobre as camadas corporais, tendo em particular a questão da visibilidade emergente dos músculos e do tecido adiposo; também se emolduram nesta relação "dentro" e "fora". Um aspecto que foi observado no discurso dos entrevistados é que a preocupação com o interior do corpo, seja qual for o

sentido – seja quanto à “essência” do ser humano ou o acúmulo das gorduras nas artérias –, parece avançar à medida que avança a idade. Parece ser no interior que se busca a fonte da juventude, da energia vital, para ser renovada. Observando os tratamentos cosméticos e a sua publicidade, explora-se a imagem de uma descamação da pele para deixar brotar uma nova pele, renovada, com o frescor juvenil, vinda do interior.

É no avançar da idade que as preocupações como as doenças em particular as cardiovasculares, se apresentam, embora houve ações dos mais jovens pensando em controlar o futuro. Os entrevistados exploraram o imaginário da circulação como uma ação de colocar o corpo em movimento produzindo energia para viver, como também uma ação de limpeza do organismo. Limpando as artérias, se limpa o corpo, afasta as doenças e prolonga a vida.

No processo de construção de um corpo magro, há um órgão interno que adquire novas conotações expressas tanto na ciência como na arte e, evidentemente, para os sujeitos: o estômago. Múltiplas denominações estão associadas a ele, por vezes utilizadas como sinônimos que vão desde a barriga, abdômen ou ventre, até o mais popular “bucho” ou “pança”. Seja o termo que for utilizado, o estômago e a sua cavidade tem produzido múltiplas metáforas e significados ao longo da história.

Primeiro, pode-se pensar o duplo sentido do ventre: o ventre digestivo e o ventre reprodutor, que se dividirá em dois receptáculos centrais da manutenção e perpetuação das espécies: o estômago e o útero, respectivamente, compondo o binômio do qual, segundo Cascudo (2004), decorre toda a existência humana. Considerado o local das necessidades vitais, tem-se a imagem do estômago como uma cavidade na qual habita uma fera, devoradora e insaciável, que deve ser domada, buscando as imagens platônicas (Korsmeyer, 2002). O estômago então visto como lugar das paixões e apetites inferiores, um nível mais primitivo se comparado com outras cavidades a exemplo da craniana. O diafragma se responsabiliza por esta divisão do corpo interno em superior e inferior.

Este local de passagem, de reserva e de metamorfoses de substâncias que vêm do mundo exterior, os alimentos, tem uma relação análoga a uma usina. As metáforas do ventre associadas às feiras e mercados são freqüentemente apontadas na literatura – a exemplo do romance *Le Ventre de Paris*, de Émile Zola –, e na economia como faz referência Richard Sennett no livro *A Carne e Pedra*. O próprio termo “consumidor” representa uma metáfora do estômago, como lembra Ortiz (2003). A aproximação dos pecados da gula e da avareza

faz com que o estômago se associe à economia e ao mercado, no qual ambos já buscaram a acumulação e hoje mais a uma circulação. No estômago é também onde múltiplas sensações são percebidas, seja de fome ou de plenitude, como também são sensíveis às mudanças do mundo moderno. As patologias de câncer no estômago são causas importantes de morbimortalidade, como ainda as gastrites e úlceras e as sensações de dor, ardor, azia, como sinais historicamente associados ao stress do mundo contemporâneo. Ainda é o lugar onde se localizam sentimentos como a raiva e cólera e lugar das rejeições como indica a expressão "não tenho estômago para isso", ou seja, não tolera situações desagradáveis.

No discurso médico, o estômago é um órgão que faz parte do aparelho digestivo, situado entre o esôfago e o duodeno, na região abdominal, e é um dos principais locais da digestão. O aparelho digestivo guarda no imaginário a noção de tubo – é também denominado de tubo digestivo – no qual o estômago é a porção mais dilatada e de grande elasticidade. O estômago pode ser ainda visto como uma espécie de prolongamento da pele para o interior da boca, uma vez que faz ainda contato com o mundo externo. A sua visibilidade se populariza pela tecnociência. Através dos exames endoscópicos, os sujeitos têm a possibilidade de ver além das representações de um estômago criado pela arte ou de uma imagem anônima e sim o seu próprio estômago em vida.

No contexto contemporâneo, o estômago é um espaço onde se trava uma árdua batalha contra a fome que, não perdendo as suas conotações morais, se acentua as conotações médicas e estéticas. É na arena estomacal o local onde se trava a batalha contra a fome em que vale tudo desde suportá-la, indicando a batalha entre o estômago e o cérebro, conforme mencionado por um entrevistado, a idéia de "enganar a fome", ou "enganar o estômago" ingerindo líquidos ou alimentos de baixa caloria, até os processos cirúrgicos. A gastrectomia tem se popularizado. Houve referências nas entrevistas como se este fosse uma atitude correta para controlar a vontade de comer.

Ao estômago também é atribuída a noção de leveza. A idéia de "comer até encher" provocando um "gozo estomacal", conforme foi relatado por um sujeito com obesidade sobre as suas maneiras de comer e os prazeres que sente quando o estômago está dilatado pelo bolo alimentar, vai perdendo terreno no universo corporal. Preconiza-se a ingestão de alimentos e refeições leves, fáceis de digerir, em uma medida para sentir-se "satisfeito" e não "empanturrado". Divulgam-se os benefícios da leveza do estômago, mantendo

um trabalho contínuo pelo aumento do número de refeições por dia que não impede a mobilidade do corpo, a sonolência sem a necessidade da *siesta*.

Assim, o espaço estomacal se firma menos como um receptáculo do que um espaço de passagem. As suas dimensões vão se tornando "obsoletas" a ponto de serem reduzidas pelas tecnologias, ou seja, a natureza precisa ser corrigida para adequar-se ao mundo contemporâneo. De acordo com os dados da Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica (SBCB), as cirurgias para redução do estômago cresceram 233% nos últimos dois anos no País, sendo este aumento muito mais importante nas instituições privadas do que pelo Sistema Único de Saúde (SUS), onde há uma demanda reprimida, frente aos 1,5 milhão de obesos mórbidos existentes no país. As cirurgias têm sido feitas também em adolescentes e idosos. Soma-se a isso, também produzidas pelos avanços tecnológicos, as formas alimentares que dispensam a boca e o estômago e até todo o sistema digestivo como a alimentação enteral, parenteral e intravenosa que são utilizadas no âmbito hospitalar – inclusive por portadoras de anorexia nervosa.

No imaginário do homem pós-orgânico poderia imaginar "o homem sem estômago". Couto (2004) mencionou em um Seminário performances artísticas que utilizavam o estômago como objeto de arte, o que dá indícios da possibilidade de perda futura da sua função orgânica.

O corpo em movimento

As práticas corporais em Salvador: trabalho, lazer e atividade física

Os traços, ao menos no senso comum, das "práticas corporais dos baianos" no cotidiano são bem marcantes. Um povo de fala mansa, caminhar não apressado, o descanso na rede, a "malemolência" são imagens bem divulgadas sobre o *way of life* soteropolitano. Fora o carnaval e as festas populares, o baiano no imaginário brasileiro ainda persiste a idéia da não afeição ao trabalho, o "culto ao ócio". Embora merecesse uma reflexão sobre as origens de tais imagens e o quanto que elas correspondem à realidade, faremos um salto para a Salvador contemporânea, uma cidade que impera o desejo de se modernizar conforme já discutido no capítulo II. Vejamos rapidamente alguns elementos úteis para esta análise.

O "trabalho" em Salvador historicamente marcado pelos três séculos de trabalho escravo só vai conhecer mais claramente o trabalho assalariado nos meados do século XX, com a criação da Petrobrás e outros empreendimentos industriais. A partir deste período, os soteropolitanos tiveram como desafio redirecionarem as suas disciplinas corporais para instituir esta nova modalidade de trabalho.

As imagens popularizadas do ser baiano soteropolitano envolvem uma negação do valor moral do trabalho e a festa como um valor positivo na sua corporalidade e construção identitária. Desde os meados do século XIX, a Europa já havia identificado a fadiga, no lugar da indolência, como causa primária da resistência ao trabalho. Em outras palavras, havia migrado de uma conotação moral para uma conotação médico-higienista na construção desta causalidade (Rabinbach, 1992). Entretanto, no Brasil, a indolência ainda reina, ao menos para os baianos no imaginário social, quando se trata do trabalho e da produtividade. A indolência como uma falta de qualidade moral que confere ao ócio - que já foi nobre e superior em diferentes culturas - uma causa primária de todos os males até os meados do século XIX.

A conotação negativa da indolência era representada de diferentes formas seja na literatura, seja nos escritos médicos: como inimigo da alma, vinculada a imagem da selvageria e da raça não civilizada, como ainda bem útil para o contexto brasileiro, a associação com o clima quente, e ainda causa de infinitas enfermidades físicas. Contrapõem-se as duas ordens: a ordem do trabalho com sua regularidade e procedimentos racionais e a ordem da indolência com um desdém para autodisciplina e não afeição ao labor, marca dos valores aristocráticos. A disciplina monástica ganhou as ruas fabris impondo o tempo cronológico aos corpos, como também a sua sincronia mensurada. Posteriormente, ainda condenando a indolência, a ciência reconhece os efeitos destrutivos da sobrecarga de trabalho, momento em que as descobertas sobre a fadiga e a energia entram em cena revolucionando as formas de conceber o trabalho e a produtividade do motor humano (Rabinbach, 1992).

O prazer pelo ócio se confunde com a indolência e a preguiça. Uma não afeição ao trabalho pode não representar necessariamente a indolência. Pode representar uma resistência. Uma resistência para aqueles que preferem construir a sua identidade no ócio e no culto dos prazeres. Entender as imagens figurativas da "malemolência" do baiano exige um trabalho à parte. Restringiremos em considerar que elas existem no

imaginário brasileiro imbricando um jogo de realidade e ficção, ou ainda um contraponto para indicar a modernização.

Convocado a aderir às novas formas de trabalho, a Bahia não precisou abandonar a sua festividade, pelo contrário, a transformou em um grande negócio. Para os baianos, o negócio deixou de ser a negação do ócio, conforme a etimologia da palavra indica. O "carnaval", já referido também no capítulo II, tornou-se uma espetacular 'indústria da alegria', sendo considerada a maior festa de rua do planeta segundo o *Guiness Book*, levando diariamente cerca de dois milhões de pessoas às ruas da cidade e que movimenta monumentais recursos durante todo o ano. Sofre um processo simultâneo de espetacularização, turistização e mercantilização, sem precedentes. Os corpos de baianos e turistas são subdivididos em os que ficam dentro da corda que cercam e privatizam os blocos carnavalescos e outros que ficam fora dela. Outros ainda estão nos camarotes, respeitando as diferenças sociais da cidade e do país. Os blocos que colonizam as ruas também se subdividem: os blocos de "gente bonita" que pode ser traduzido pelos corpos brancos, esculpidos, oriundos das camadas médias e altas do Brasil – alguns blocos chegam ter 70% de turistas – e os blocos do povo.

Deixando de lado estas diversidades, todos participam do carnaval, sendo que, cada um em seu espaço. Atendendo aos apelos das estrelas do *axé music* como "tira o pé do chão!", "levanta a mão!", ou "pula!", os corpos são incitados quase que a levitar, experimentar um êxtase dionisíaco na cidade em que se fabrica o produto "alegria". Não se trata mais de um carnaval espontâneo, e sim um carnaval altamente moderno, profissional e competente. Mesclam aqui outros ícones da modernidade, além do hedonismo. Em 2004, o então prefeito da cidade fez uma declaração em uma entrevista na TV sobre a proposta de modificar o concurso do Rei Momo – tradicionalmente obeso mórbido. Refletiu que o Rei Momo deveria ser "malhado" para representar o "espírito da cidade e do carnaval". É claro, para uma maratona de sete dias, é só para quem tem resistência. O soteropolitano, assim que acaba o período de chuvas, começam a se preparar fisicamente para o carnaval não só para adquirir resistência, mas para exibir os corpos, malhados e bronzeados, especialmente nos blocos de "gente bonita" e na inovação dos camarotes, onde se exibem os corpos *light*.

A fábrica do carnaval é uma indústria moderna também pela sua lógica administrativa: empresas privadas e públicas, os diferentes setores da administração – saúde, limpeza, vigilância sanitária, secretaria de transportes,

dentre outros órgãos sob a tutela do Conselho Municipal do Carnaval, dialogam para a construção do *axé-city* como em nenhum outro empreendimento administrativo. Os resultados são visíveis: a limpeza pública com os tratamentos de resíduos ecológicos, ou trios elétricos movidos a biodiesel, as roupas das estrelas do axé produzidas com material reciclado exibem a perspectiva moderna de produzir o "ecologicamente correto".

Além disso, apesar das diferenças sociais que marcam a inserção dos corpos no carnaval, a vertente do respeito às diversidades, campanhas de "inclusão social" das mais diferentes espécies estão presentes no cenário. A idéia da diversidade cultural abre as portas para todos os ritmos que tomam conta do carnaval baiano, não restringindo a sua marca maior que é o denominado *axé music*. O tema do carnaval 2006 "O coração do mundo bate aqui" escolheu como símbolos oficiais da folia momesca um bailarino baiano negro e uma dançarina japonesa para representar a idéia de integração entre a Bahia e o mundo, o nativo e o turista no Carnaval de acordo com o presidente da Emtursa. Buscando as culturas "raízes" como, por exemplo, o samba do Recôncavo Baiano e trazendo para a folia outros correntes musicais e músicos nacionais, Salvador procura demonstrar um caráter de uma cidade que almeja um posto da cidade da diversidade.

Semelhantes princípios de "turistização" estão sendo seguidos nas *festas populares*. Salvador possui um ciclo intenso de festas populares que começa em 8 de dezembro com a Festa Nossa Senhora da Conceição da Praia e que vai até o Carnaval. Algumas delas continuam em decadência e outras têm passado por reestruturações. Ory (2005) destaca como um marco para as práticas corporais no decorrer do século XX, a idéia do corpo colocado à prova seja pela violência corporal – nas guerras mundiais e, no Brasil, pode relembrar as duas ditaduras governamentais – seja no dispêndio corporal pelo esporte – de alto nível, os esportes radicais ou pela festa. As festas, o ritmo, a música e as danças que eclodem no século XX a serviço da desinibição e euforização dos corpos bem como a exploração da sua sensualidade, sexualidade e erotismo se fizeram presente nesta década de uma maneira particular. As danças, por exemplo, evoluíram das danças em grupo, depois em pares, à individual. Hoje, há um retorno das danças em pares que pode ser vista pela popularização da salsa, merengue e outras danças latinas, especialmente pela Europa.

É no século XX também que se assiste a reinvenção das festas populares e Salvador tem explorado este momento, reinventando e reestruturando as

mesmas. As duas mais famosas – e, por conseqüência, as que mais estão sendo exploradas turisticamente – são a Lavagem do Bonfim e a Festa de Iemanjá, festas religiosas e profanas sob o signo do sincretismo religioso[5]. Não cabe no escopo deste trabalho explorar o sentido e o significado destas festas no contexto contemporâneo de uma forma mais aprofundada. Trataremos de um aspecto indicador deste processo de modernização que é o uso do termo *light*. Nas festas da Conceição e do Bonfim, há outras festas em paralelo que se denominam respectivamente Conceição *Light* e Bonfim *Light*. Ambas são festas privadas em espaços localizados no entorno, voltadas para um público jovem de classe média e alta, ou seja, festa para "gente bonita". Oportuniza que todos "rendam homenagens" aos santos católicos e aos orixás, mas numa festividade mais *light*, não precisa se misturar ao povo miscigenado com hábitos e atitudes mais "pesadas". Em suma, festa é signo da cultura baiana que hoje se transforma em um produto que percorre a cidade.

Outro ponto do corpo em movimento dos soteropolitanos nas "práticas de lazer e atividade física". Pensar em lazer em Salvador, além da sua festividade, é pensar na sua vasta orla marítima na qual os corpos se distribuem em tribos para todos os gostos. O "culto à praia", apesar das limitações e cuidados impostos na modernidade tardia pela era do protetor solar, persiste e se constitui em um espaço no qual todos podem participar, embora cada um, mais uma vez, em seu devido lugar.

São múltiplos os usos da praia, um deles seria descansar. Frente a tanta festividade, o descanso se faz necessário e também explorado na indústria do turismo. O descanso nas redes à sombra dos coqueirais ou nas cadeiras sob o banho de sol, refrescando o calor no banho de mar de águas mornas, incita o imaginário dos soteropolitanos e dos turistas. "Passar a tarde em Itapuã" foi uma prática imortalizada por Dorival Caymmi. A praia, uma invenção da virada do século XIX ao XX, ganha um sentido social, espaço habitável e de exercício de novas formas de sociabilidade ao longo deste último século. Prática européia que o Rio de Janeiro importa e as demais cidades litorâneas, por sua vez, copiam tornando-se um ícone do *modus vivendis* brasileiro (Risério, 2004)[6].

A praia, que até então não estava no horizonte paisagístico brasileiro, passa a ter um empreendimento de diferentes espécies que vão desde a recomendação médica para os banhos de mar até os empreendimentos imobiliários próximos à orla conforme remarcou Thales de Azevedo lembrado ainda por Risério (2004). Da valorização terapêutica desenvolve-se uma sensibilidade estética

em torno da praia que em Salvador foi praticado primeiramente por um núcleo de estrangeiros moradores no Corredor da Vitória que iriam se banhar na praia da Barra, espaço ainda campestre para qual a cidade migrou (Risério, 2004). O corpo das mulheres de classe média progressivamente se desnuda, prática até então conferida apenas às negras e mestiças pobres. Os corpos descobriram o bronzeamento como um sinônimo de beleza e "boa vida" de um corpo saudável, a ser exibido de forma narcisística que agora tem sido limitado pelas recomendações dermatológicas propondo a exposição ao sol em horários limitados e a indispensabilidade do uso do protetor solar.

No entanto, nesta entrada para o século XXI a praia se transforma. Ela cada vez divide o seu espaço do ócio e com um espaço de atividade física, no bojo deste intercruzamento lazer e atividade física. Os esportes aquáticos, as travessias, o frescobol, as caminhadas, corridas e ciclismo na orla, os tradicionais "babas" de finais de semana, vôlei de praia que, evidentemente, sempre existiram começam a tomar novas conotações: "é bom para a saúde". Passa a ser menos uma atividade recreativa do que uma quase obrigatória de promoção à saúde.

Estes movimentos dos corpos no espaço somam-se, ao lado da sua extensa "orla marítima", aos parques como o Parque de Pituaçú, com uma pista de ciclismo dentro de uma minúscula reserva de Mata Atlântica, o Parque da Cidade, o Dique do Tororó, como espaços públicos que têm sido reformados e adaptados a estas novas práticas corporais, cada vez mais freqüentados pelos corpos soteropolitanos. Alguns entrevistados citaram as suas práticas nestes espaços e João opina:

> A gente hoje você vê, você passa na orla, passa na Barra, passa na Pituba, Jardim de Alá, você vê a caminhada, aquele pessoal já idoso fazendo a caminhada deles, porque aí é necessidade mesmo. Tudo hoje você tem que está... trabalho físico, coração, tem que está, o sangue tem que ficar circulando porque aí é "ordem médica" (João).

É visível a mudança da fisionomia da cidade de Salvador nas últimas décadas nestes espaços em que hoje há uma confluência de corpos na busca de uma "forma" física. O trânsito da cidade é modificado como é o caso do trecho do Cristo ao Farol da Barra, um dos cartões postais da cidade, em que uma via da rua é interditada das 6 às 8 horas diariamente durante o verão, oportunizando os sujeitos a circularem melhor nas práticas de atividade física. Obviamente, significa que a calçada já não é mais suficiente. Assim, o*s espaços*

arquitetônicos também se modificam para proporcionar estas novas formas de exercício de corporalidade e inúmeros projetos estão em curso. Por exemplo, há alguns anos atrás estava circulando um projeto que modificaria a orla do trecho acima citado. O projeto englobava um alargamento dos passeios e uma redução do espaço da praia. Houve contestações deste projeto moderno que retiraria a balaustrada construída nos anos de 1940 e as pedras portuguesas do local. Uma contestação tão moderna quanto o projeto, uma vez que a consciência da preservação histórica está em voga para os soteropolitanos. No trecho da praia de Amaralina a da Pituba já está iniciando a sua reforma que engloba alargar os passeios, incluir uma pista de ciclismo, um trecho em que dois empreendimentos hoteleiros de um grupo empresarial português estão sendo também instalados.

Os corpos que viviam simbolicamente nas redes e para aqueles que vivem no conforto dos automóveis particulares, valor capital para os brasileiros, viam a cidade alargando as suas ruas e avenidas e reduzindo os passeios para os transeuntes. Agora, outras demandas do corpo em movimento, os calçamentos e os parques estão no foco das políticas públicas.

Desta maneira, a importância atribuída ao movimento do corpo na era moderna e a imagem do corpo saudável trazem novas dimensões para a organização da cidade possibilitando esta demanda corporal. A percepção de uma cidade que vive em um estado de festa permanente, induz o preparo dos corpos para a festa e a sua exibição, que se traduz em “malhar” para o verão e, sobretudo, para o carnaval. É o corpo em evidência na mescla do narcisismo e de um erotismo dos trópicos, ainda presente no imaginário. Exibir o corpo é quase que obrigatório para os que desejam cultuar as relações sociais à baiana. Ory (2005) se refere às formas de exibição do corpo modificadas no século XX com o advento e disseminação da fotografia, cinema, vídeo e “desdiabolização” do espelho que autoriza uma atenção para si.

No mundo contemporâneo parece que só os corpos magros estão autorizados à exibição. Assim, estes ditames corporais têm provocado alguns constrangimentos como indicaram as falas:

> Além da parte mesmo de você está bem, ser admirado, você vai a uma praia e você não tem aquele stress de ‘pô! Estou com a barriga grande não quero ir...’, por exemplo. Minha irmã mesmo, que tem obesidade, ela não vai à praia. Então ela se priva de ir assim, inventa uma desculpa, inventa outra, isso para pessoa não é bom na parte psicológica, vem depressão, e também a social...(Paulo).

> Vou à praia e faço questão de tirar a minha camisa. Ficar de sunga, de barriguinha do lado de fora, coisa que eu não fazia antes! Olhar as pernas, as colegas na praia mesmo. Elas dizem: 'Pô! Você está com as pernas viu?' Que maravilha! Tudo isso é muito bom (João).

Ir à praia de sunga ou não retirar a canga como faz Dalva, resistir a esta forma de sociabilidade típica da cidade ou ainda ter o orgulho narcisista de exibir o corpo em forma, fazem parte de um jogo de interações sociais entre os corpos.

E assim as práticas corporais do soteropolitano se modernizam: Disciplinando o corpo para o trabalho, disciplinando as festas e o Carnaval, disciplinando o espaço para o corpo atender aos apelos de estar em constante movimento em busca de uma vida *light*, saudável e prazerosa.

O corpo e a atividade física

A atividade física tal como a concebemos hoje sofreu uma série de mudanças nas suas práticas e representações ao longo da história. Vigarello (2005a), por exemplo, discorre sobre tais práticas no Antigo Regime na França na qual havia uma visão particular do organismo. Centrada na teoria dos humores, o movimento físico teria uma função de agitar as partes internas do corpo auxiliando a expulsar os humores já que a estagnação, particularmente dos líquidos, seria perigosa. O jogo então poderia ser uma atividade benéfica. O autor ainda destaca que não havia neste momento referências à velocidade e à rapidez nem tão pouco à focalização dos exercícios nos músculos frente à supremacia dos aparelhos ortopédicos corretivos. Mesmo a descoberta da circulação sanguínea em 1628 por Willian Harvey, não foi suficiente para modificar tais representações. Os exercícios deveriam ser simples, realizados no cotidiano, não necessitando de tempo e espaço específicos. Assim, a atividade física seria equivalente a outras práticas evacuativas vigentes no período, a exemplo da sangria.

Tais representações vêm a modificar no século XVIII com um lento abandono da teoria dos humores voltando-se para uma focalização da força e do "aperfeiçoamento da espécie". Frente às críticas ao excesso de luxo e a conquista de comodidades que desestruturavam a força e a saúde, tendo ainda como pano de fundo a "teoria da degeneração" em curso; o foco passou a ser sobre as fibras e os nervos. Termos como "educação física", ou ainda "educação corpora" entram no cenário bem como a idéia de "mensurar" o exercício no

tempo, avaliando o seu progresso e a aprendizagem, e de "corrigir" tendo assim, o exercício físico como um reorganizador da morfologia do corpo – não mais os aparelhos corretivos. Nesta decomposição do exercício no tempo, a noção de velocidade vem a penetrar na atividade física.

Destaque ainda no final do século XVIII para a influência das descobertas do papel do oxigênio por Lavoisier em 1777 que irá transformar profundamente a visão do exercício, suas modulações e intensidades. O princípio da respiração: a proporcionalidade do ar respirado e do trabalho realizado, tendo o pulmão como uma máquina de energia, a respiração não terá mais uma função de um resfriamento do sangue ou pressão exercida sobre as artérias e o coração, mas a "combustão" de um novo gênero sobre o qual emergirá as noções de resistência e a fadiga, acentuando a idéia de aprendizagem e progresso. Mais adiante, ainda nos finais do século XVIII se concretizará um paralelo entre a quantidade de nutrição, de respiração e de trabalho. O exercício físico entrará no século XIX não apenas como uma qualificação moral, mas também entra a noção de eficácia.

No século XIX, o exercício físico se torna uma atividade precisamente codificada onde os movimentos se geometrizam e os resultados se calculam: as forças produtivas, a velocidade e o tempo. Os músculos entram em cena com a invenção de gestos, a composição de exercícios ordenados e encadeados de forma hierárquica, do simples para o complexo, nas progressões e nas séries. A ginástica inventa no século XIX a arte do movimento, movimentos parciais, extensões dos membros, circundação das articulações, inclinações, exercícios localizados na ambição de transformar o corpo.

Vigarello (2005b) ainda aponta nos finais do século XIX a noção do 'corpo energético' influenciado pela idéia da transposição de calorias em trabalho em que o pulmão passa a ter uma atenção especial para o exercício físico, o que, por sua vez, irá modificar as estruturas anatômicas do tronco (particularmente o tronco masculino). O corpo não será, desta forma, mais tratado apenas como uma morfologia fechada, e sim um lugar de passagem onde se converte energia. Por conseqüência, cresce a atenção ao esporte com os seus exercícios mais livres dispersos e agitados sobre os exercícios fixos e disciplinados da ginástica. Assim é que na entrada do século XX, o esportista se associa a uma visão energética do corpo e a uma visão mais mecânica do ginasta, e ainda, sob a influência de uma sociedade industrial, emerge a idéia de *performance* e *record,* trabalho em um espaço quase que místico que seria o mundo do esporte. O esporte tornou-se um demonstrativo signo de modernidade.

Os itinerários da atividade física

No conjunto dos entrevistados, os itinerários das práticas de atividade física começaram na infância ou adolescência, contudo, elas diferiam em relação aos locais de desenvolvimento das práticas e dos tipos de atividade de acordo com as camadas sociais e gênero. Para os entrevistados das camadas médias, os espaços foram mais os clubes e as "escolinhas" nos quais praticavam natação, tênis, hipismo, artes marciais, balé, dança, que foram as atividades citadas. Para os pertencentes das camadas populares, o espaço principal foi a própria escola com os esportes escolares e as aulas de educação física, praticando vôlei, basquetebol e atletismo. O popular futebol também foi mencionado pelos homens, praticado mais nos espaços públicos – praias e campos públicos ou improvisados – como práticas de lazer. Normalmente, o futebol também funciona nos intervalos das aulas, após a escola e ainda nos finais de semana. Menções também foram feitas à capoeira – atividade cada vez mais institucionalizada e praticada por diferentes camadas sociais – e ao baleado que parece estar em declínio nas escolas. As práticas de atividade física "escolhidas" expressam o uso do corpo e a sua inserção social.

Estas práticas percorreram a adolescência durante a fase escolar havendo, posteriormente, uma interrupção. Muitos entrevistados revelaram estarem durante muito tempo sem fazer atividade física ou, quando faziam, era sem regularidade. De um modo geral, apenas perdurava para os homens os "babas" nos finais de semana. Houveram três entrevistados que prestaram serviço militar no qual a atividade física era uma peça fundamental. Eles associaram as suas disciplinas corporais atuais – incluindo a alimentar – com as apreendidas durante o serviço militar.

Tais atividades corporais só irão retornar ao cenário da vida cotidiana na fase adulta tendo como o espaço central às academias de ginástica. Evidentemente que, de acordo com os critérios utilizados por esta pesquisa para compor o universo empírico, seria o esperado. Todavia, pode-se inferir que este é o principal espaço contemporâneo destinado para este fim, ao lado dos espaços públicos – parques, orlas e calçadões – para as caminhadas e corridas ou ainda ciclismo. Se antes poderíamos considerar a academia como um espaço destinado para as camadas médias e altas, esta afirmação já não mais se aplica em função da disseminação das academias de ginásticas nos bairros populares a baixo custo.

Há uma comparação entre a prática do esporte escolar e as práticas nas academias de ginástica feita por Sara, indicando que a primeira é mais para "cumprir tabela para a nota", "uma questão de obrigação" não estimulando ao aluno com o entendimento de que aquilo é um "bem para o futuro". Sara ilustra um momento em que a educação física nas escolas, subdividida na ginástica e nos esportes escolares, tinha uma função mais de disciplina dos comportamentos e de promoção do desenvolvimento físico e mental. Lembra-se ainda que tais funções tomam uma conotação particular já que o período escolar de Sara coincide com o período da ditadura militar no Brasil. Neste momento, difundia-se uma dimensão patriótica e um adestramento de corpos para o trabalho em uma economia que crescia assustadoramente, o período do milagre econômico. A força da obrigatoriedade contrapõe o estímulo de responsabilização de si, tendo como finalidade a saúde que marca as práticas atuais de atividade física.

Muitos revelaram ficar bastante tempo parado e é como se despertasse, em um dado momento, para a importância da atividade física: "Não pode ficar muito tempo parado não, ficar só tomando cerveja não vai ajudar em nada" (Alberto). Alberto ficou "parado" dos 27 aos 31 anos, período em que "só fazia farra", o que o levou a aumentar o peso e a sentir cansaço nas atividades cotidianas. Outros entrevistados trouxeram a noção de "parado na vida", definido por Pedro como "aquele que tem condições para fazer e não faz nada", seria aquele que "se entrega", que fica "acomodado", o "come e dorme":

> Está cuidando do corpo, de si próprio, para ter um resultado melhor no futuro, porque a pessoa não malha fica acomodado, come e dorme, fica acomodado, trabalha, come e dorme aí começa a aparecer muitas coisas de doença, obesidade, deixa a preguiça tomar conta do corpo todo e não quer fazer nada (Narciso).

O corpo tem que está sempre na ativa, em pleno movimento, só o corpo ativo é quem tem valor, e não se pode perder oportunidade para se por em movimento:

> Eu me cuido, eu tenho um "corpo ativo", é de manhã de 7 da manhã às 9 da noite, é atividade. Mesmo que eu não esteja fazendo atividade nenhuma, mas eu quando caio na água eu estou ali, elevando meu joelho, meia hora você dentro d'água fazendo, só isso, elevando o joelho, é atividade aeróbica você passou uns cinco minutos você já está entrando em atividade aeróbica, perda de gordura, atividade

> aeróbica, perda de gordura, querendo ou não eu estou me exercitando (Flávio).

A imagem do corpo saudável está vinculada ao seu movimento na era moderna. Assim, trava-se uma verdadeira batalha contra o sedentarismo dos corpos. Não se pode ficar "parado na vida" nem deixar a preguiça tomar conta do corpo. Santos (2002b) observou que as prescrições em relação ao corpo em movimento se "misturam" às práticas cotidianas, tipo ir a pé ao trabalho, subir escadas no lugar de usar elevadores, dentre outras. O tempo do não trabalho, além do uso dos horários de descanso - academias que funcionam quase que 24 horas - uma outra prática que tem se tornado comum, é utilizar as férias para "emagrecer" nos *spas* ou, para outros, pode ser o turismo ecológico que envolve atividade física via os "esportes radicais". Assim, todo momento é momento para atividade e para o movimento.

Alguns elementos podem ser destacados neste processo. O primeiro é que a prática da atividade física, em que as atividades aeróbicas e a musculação são as mais centrais, parecem assumir uma importância fundamental nas práticas corporais modernas ao lado, ou até superando, as práticas esportivas. O segundo seria um possível novo modelo da inserção destas práticas no cotidiano dos sujeitos em que, ao mesmo tempo em que reforça e intensifica um espaço e tempo para tal com exercícios altamente metódicos e controlados; sugere-se que a mesma se dilua no bojo das atividades cotidianas conforme referido acima. Terceiro, o seu laço cada vez mais estreito com a saúde, e ainda com a nutrição, conforma um campo que vem consolidando que é a nutrição e atividade física, mais ampla do que a nutrição esportiva configurada para os esportistas em geral. Por fim, o seu caráter de inclusão de todos os setores da sociedade: crianças, adolescentes, adultos e idosos, ricos e pobres têm sido convocados para colocar o corpo em movimento.

A atividade física contemporânea

> Entre no Pan Brasil e conquiste o melhor de todos os prêmios: a sua saúde.
> (Globo Esporte 08.01.06).

Com a proximidade dos Jogos Pan-Americanos que irão ocorrer no Brasil em 2007, o Programa *Globo Esporte*, da Rede Globo de Televisão, lançou

uma campanha com este lema no qual qualifica a saúde como um prêmio. Um prêmio significa um bem ou uma recompensa por um trabalho bem executado, por um mérito especial, um prêmio é destinado a um vencedor. É exatamente esta a concepção atual de saúde: mais do que um estado, e sim uma conquista e, para alcançá-la deve ser metodicamente trabalhada, monitorada. Implica em uma mudança nas práticas cotidianas na qual a atividade física é um dos seus principais pilares.

A atividade física contemporânea, conforme já vem sendo afirmado ao longo deste capítulo, tem como um dos seus espaços centrais "as academias de ginástica". Esta centralidade não exclui outros espaços e muito menos anula os anteriores. A prática esportiva continua tendo uma importância fundamental no cenário contemporâneo, com estilos de vida, modas, heróis que contaminam as imagens circulantes nos espaços sociais também ganhando terreno em novos cenários.

Por exemplo, pode-se citar o crescimento dos esportes radicais nos cenários ecológicos na busca de novos desafios para os corpos. Estes, por sua vez, difundem gestos esportivos para o mundo urbano, com seus ícones: novas roupas esportivas, carros esportivos, conceitos que emergiram desde o início do século XX. No entanto, o gesto esportivo se acentua: não há nada mais típico e simbólico deste gesto "radical" como os novos carros esportivos que circulam pela cidade com seus "sobrenomes" sugestivos – *cross, adventure, ecosport.* Eles desfilam com os seus pneus à mostra no verso transformando o espaço citadino em uma espécie de *rali* urbano. Muito freqüente, os usuários destes automóveis pouco ou nada tem a ver com a prática dos esportes radicais. A natureza recriada parece tomar conta dos meios urbanos e traz consigo um novo símbolo de distinção.

As academias de ginástica não apenas têm ampliado o seu universo para atender diferentes camadas sociais, como também têm intensificado a sua complexidade de opções de atividade e de individualização das práticas. Castro (2003) identifica em seu estudo que a escolha da atividade física se constitui em uma das dimensões do estilo de vida dos grupos sociais que foram estudados. Assumem também outras funções como as de recuperação fisioterápica ou como uma atividade complementar para os praticantes de esporte. Alguns entrevistados afirmaram praticar esportes, contudo, eram acopladas às práticas de musculação e condicionamento cardiovascular. Tais práticas seriam tanto destinadas à modelação corporal como a melhora da própria performance esportiva.

Segundo dados, o Brasil é o quarto mercado mundial de academias de ginástica – estima-se a existência de sete mil empresas, mercado liderado

pelos Estados Unidos seguidos da Inglaterra e a Alemanha. Apesar disso, estima-se ainda que apenas 1,6% da população brasileira pratica atividades *indoor* –, todavia, o segmento mantém a média de crescimento de 8% ao ano, nos últimos cinco anos. Destas sete mil empresas, 45% se localizam na região Sudeste, sendo o Nordeste responsável por uma concentração de 15% destas empresas (Fitness verde..., 2006). Na Bahia, segundo o Conselho Regional de Educação Física para os estados da Bahia e Sergipe (Crefi 13), existem 280 academias registradas e 3,1 mil profissionais oficialmente habilitados para o exercício da profissão. A maioria das academias oferece ginástica e musculação, que são as atividades tradicionais (Nordeste acompanha...,2006).

As academias de ginástica disseminam em Salvador na segunda metade da década de 1980. Uma das entrevistadas, que já foi proprietária de uma academia, conhece bem os diferentes momentos já vividos: "Eu passei todas as épocas da academia da febre do exercício aeróbico, o momento onde se visava muito o lado da localizada que é um momento que acreditei muito e continuo acreditando. Eu fiquei 10 anos com academia de ginástica também" (Marta).

Um dos fulcros centrais da atividade física contemporânea, pode-se afirmar, é a modulação corporal. A modelação corporal pode ter várias funções vinculadas à tríade saúde, beleza e emagrecimento. Houve relatos em que a decisão de fazer atividade física esteve relacionada à detecção de algum problema de saúde, ou pela necessidade imposta por causa da idade e os efeitos do corpo fundamentalmente no peso corpóreo, uma forma de "compensação" das conseqüências da idade sobre o corpo. Pode ser ainda por vaidade, "pelo visual": "Chegando a uma certa idade, a uma faixa etária as coisas vão caindo, os músculos enfraquecendo tem que compensar com a atividade física".

Outros identificaram um fim em si mesmo, o prazer de malhar. A noção de "se sentir bem", meio de "libertar a energia", de "se soltar" que não consegue fazer no trabalho, "jogar fora o stress", ou ainda buscar "paz de espírito".

> Você joga o stress para o lado, você chega uma outra pessoa. Na minha concepção, entendo o seguinte: que para você jogar seu stress para fora, a única forma é você fazer atividade física. (João).

> Quando cai na piscina e começa a 'contar azulejos'. Aquilo ali vai trabalhando a mente e a atividade física ajuda que você trabalhe sua mente você pensa muito. Mais condicionado você vive melhor, você trabalha melhor, pode reparar: se você não fizer uma atividade física

> diariamente você não é a mesma pessoa! (...) Então corpo humano é isso. A pessoa que procura conhecer o corpo através da atividade física está descobrindo uma coisa boa, tem muita gente que procura curtir o corpo de outra forma...(Flávio).

Uma prática individualizada em que se relaciona consigo mesmo. Importante ressaltar a idéia recorrente do "se transformar em outra pessoa", após a atividade física. São benefícios clamados que indicam uma idéia do corpo em constante renovação, no qual busca-se no interior as "energias necessárias" para "estar de bem com a vida". Coaduna com as imagens do mundo dos cosméticos que mostravam uma renovação constante da pele através de uma remoção da camada interna deixando mostrar uma subcamada mais jovem, sem os sinais da idade conforme aludido anteriormente. É também uma forma de autoconhecimento, conhecer o seu corpo, o seu movimento, ouvir a si mesmo à medida que ouve as batidas aceleradas do coração com a respiração ofegante provocada pelo exercício.

Não obstante, as academias representam mais do que espaços para o exercício físico. Elas representam espaços em que se tem construído novas formas de socialização:

> Na academia você conhece pessoas, colegas, ao mesmo tempo em que você malha, você faz amizade. Quando você vai para academia aonde todos tem o seu ponto de vista, tem o seu equilíbrio, vê que realmente aquela gordinha está entrando na academia é para obter o emagrecimento, e se tem uma pessoa magrinha é para manter o seu corpo, mas todos ali estão em um só objetivo (Virgínia).

E é com os amigos da academia que João e Pedro agora convivem, estabeleceram laços de amizade que ultrapassam os limites das relações dentro da academia. Todavia, evidentemente, como todas as formas de socialização, elas também envolvem os conflitos: a inveja, vigilância mútua, etc., que foram relatadas por Ilda. Ao mesmo tempo, se torna um "refúgio" do cotidiano estressante da vida, uma "válvula de escape", "lugar de não pensar em nada, pensar em você". É lá o espaço que alguns entrevistados elegeram para dissipar seus problemas: 'Todos os depoimentos que a gente ouve é mais ou menos isso: todo mundo acha que na esteira vai se tirar toda depressão, síndrome de pânico, ajuda realmente..."(Ilda). Suzana considera a sua válvula de escape onde resolve os seus problemas psicológicos e suas carências: "Isso é uma

coisa que sempre me preencheu assim, é bom, adoro malhar, eu gosto coisa que me deixa relaxada e tal" (Suzana).

Para cumprir esta multiplicidade de funções, as academias têm progressivamente alargado o leque de possibilidades para se trabalhar o corpo e com atividades propostas para todas as idades. Contudo, as principais são as atividades aeróbicas – a esteira e a bicicleta são aparelhos símbolos para tal fim – para perda de peso; e a musculação com seus aparelhos e pesos, promovendo o enrijecimento e/ou hipertrofia muscular. Junto a este leque de possibilidades, há também um trabalho de *marketing* sobre elas que relevam os seus benefícios específicos – bons para enrijecer os braços, o bumbum, ou qualquer outra parte corporal – mas, sobretudo, o marketing é em torno do "emagrece". Mais profundo ainda é o *marketing* em torno de quantas calorias são gastas por hora em cada atividade bem divulgada pelos meios de comunicação: quanto maior caloria gasta em menor o espaço de tempo, maior valorização tem a atividade.

A musculação com o seu trabalho metódico e definido trabalhada pelos fisiculturistas, hoje sai do universo masculino adulto e atinge a todos: homens e mulheres, idosos e adolescentes. Segundo Paulo, ela representa "é o que mais rápido se atinge esse seu objetivo de melhorar o corpo e a auto-estima". Para Gustavo, com a musculação ele se sente mais saudável "mais forte, mais determinado, mais concentrado". Parece reencontrar e renovar a idéia da ginástica que emergiu no decorrer do século XIX conforme referida anteriormente, contudo, a dimensão do corpo energético do esporte é incorporada nestas perspectivas, tomando conotações da flexibilidade contemporânea.

Trabalha-se dentro de uma equação de tempo e prioridades. Um trabalho metódico, gradual e progressivo, com dedicação meticulosa às partes, partes estas que o próprio indivíduo pode escolher e selecionar de acordo com as suas prioridades e objetivos: "eu procuro separar os músculos". Os entrevistados relataram seus objetivos com a malhação tipo: " 'adquirir' mais perna", "o tronco sai mais rápido", " 'perder' a barriga", " 'definir' o abdômen", " 'definir' mais os músculos". Este meticuloso trabalho das partes não substituiu o trabalho braçal nas atividades de trabalho pesado. Assim foi como argumentou Narciso a um colega, trabalhador braçal na área de construção civil, seu que critica a idéia de freqüentar academia, pois não encontra sentido em "pagar para pegar peso",

pois na academia se trabalha as especificidades das partes, braço, pernas, costas, não é o mesmo do peso do trabalho cotidiano.

Dificilmente confundiríamos um corpo com os seus músculos moldados pelo exercício físico metodicamente trabalhado no espaço e tempo com um corpo com seus músculos moldados pelo trabalho braçal que não conta com uma alimentação adequada e os suplementos protéicos. Conta, por vezes, com uma alimentação precária e, conseqüentemente, com a economia energética e generosidade metabólica de garantir o fortalecimento das partes do corpo necessárias para a sobrevivência corporal. Nem sempre a imposição do trabalho pesado dentro das academias é experimentada nas atividades cotidianas fora dela. Ilda mesmo afirmou que o seu esforço físico se esgota na própria academia: "depois não me chame para andar nem daqui para ali que eu não vou!".

A atividade física também provoca inúmeras sensações, é uma *produção do bem estar* quase consensual: "Você sente a diferença, a diferença é tudo, o dia-a-dia, quando vai dormir, dormindo você sente a diferença, até a vida sexual também melhora muito 100%" (Maria).

> Eu não me sinto tão cansado como eu sentia antes: era sono, dormir, não fazia nada, só fazendo Aiki-Do, treino pesado, nem agüentava (...) era tonturas e mais tonturas, eu vixe Maria! Estava ruim o negócio (...) Sexual, disposição para tudo, trabalho, sair, você tem energia para isso, antigamente não tinha, chegava do trabalho cansado. Ficava a noite descansando. Agora se tiver já estou... Carnaval mesmo, no caso, Salvador, porque carnaval, cinco dias, eu saía bem, pulando numa boa, me sentia com energia pra poder fazer isso (Alberto).

As sensações nas mudanças do metabolismo, disposição para tudo, inclusive para vida sexual que foram bem citadas, controlar a ansiedade, o cansaço, a sonolência foram alguns dos benefícios experimentados pelos entrevistados. A atividade física, sobretudo, oferece energia, palavra muito utilizada pelos entrevistados, para as atividades do cotidiano. A atividade física possui a estranha matemática de produzir energia gastando-a. Há também sensações do *dever cumprido*: "bom, cumpri meu dever hoje, estou bom, estou mais leve, estou mais saudável, é prazeroso... Você está mais apto, acho que estou com mais energia, não sei se exatamente assim, mas é uma sensação muito boa" (Álvaro).

Ainda resta comentar as sensações provocadas no corpo durante a prática como descreve Flávio quando corre:

> ...você procura perceber como seu corpo está trabalhando. Eu boto todos os dados no meu relógio desde a minha data de nascimento, aquilo que calcula o IMC, índice de massa corporal, também calcula o gasto calórico, de ar, calcula tudo. Então eu ali estou vendo, eu estou sentindo cada minuto que passa, eu estou vendo que o relógio está demonstrando os meus dados diferentes, então é sinal que o meu corpo está trabalhando certo, está trabalhando na segurança é muito importante. Quando eu corro tem horas que eu me concentro na minha respiração, enchendo bem o peito de ar, vendo que aquilo ali, está entrando oxigênio, sabe? (Flávio).

Não é incomum ver sujeitos praticando atividade física nas ruas, particularmente nas corridas, utilizando instrumentos que monitoram os dados vitais e o gasto energético durante a atividade. A fala de Flávio inter-relaciona o monitoramento objetivo a cada minuto do seu corpo em movimento com as sensações vivenciadas o que lhe confere segurança, o trabalho correto do corpo. Ilda também reflete sobre as suas sensações e observa que depois de 40 minutos fazendo ginástica "você começa, tem euforia legal mesmo, com essa euforia acho que quando você está num lugar legal, tem uma energia legal, os colegas, no fim a gente tem um grupo legal".

Entre estas múltiplas sensações, um "sair de si", como uma espécie de suspensão do tempo, tornar-se outra pessoa com disposição para tudo, uma forma de autoconhecimento, um prazer do qual desconhecia e que "Deus, colocou no meu caminho", os entrevistados navegam em um verdadeiro mar de prazeres hedônicos que não deixa espaço para sentir algum malefício que porventura provoque.

Apesar destes relatos sobre um mundo quase que místico do exercício físico, os entrevistados revelaram algumas dificuldades. Em primeiro lugar, a instituição deste novo hábito na rotina diária implica em uma série de obstáculos. Uma vez iniciada com um certo sucesso tal prática no cotidiano, os entrevistados ainda apontaram tentar estar em constante equilíbrio entre a necessidade de instituir o hábito, mas não se tornar um vício. Marta tem experiência sobre isso e conta:

> Fui muito neurótica assim porque eu era muito exigida pelas pessoas (...) Eu tive uma época que eu tive que parar literalmente com minha

> atividade em excesso porque eu não estava conseguindo dormir, porque eu fazia não sei quantas aulas, tinha aquela parte aeróbica, eu corria, andava de bicicleta, eu nadava. Tinha época de ficar duas, três horas da manhã sem conseguir dormir e botava o *walkman* no ouvido. Como eu acordava cedo, pegava minha *bike* e ia para rua. Eu dizia assim 'meu Deus o que é isso?' Aí fui ao médico, não conseguia dormir, ficava ligada o tempo todo (...) Eu era tão viciada que não tinha sábado, não tinha domingo não tinha... Era um vício era uma coisa assim doentia (Marta).

Já Ilda, com medo de entrar neste "surto" de academia, ainda relata a experiência de uma amiga viciada em exercício físico e diz que também ficou tentada pelo 'imediatismo' dos resultados. Alguns outros referiram a esta dificuldade de encontrar o ponto, a medida do até onde ir. O limite seria "até onde o organismo pode agüentar", lembrando aqui que a atividade física é também uma arte de superar desafios e ultrapassar obstáculos. Um deles é a própria dor.

> Então um mês já deu para perceber. Eu impus meu ritmo que eu sempre tive e no começo é duro porque dói tudo! E depois o corpo já começou a acostumar uma semana depois, na segunda semana já estava bem mesmo, já estava começando a fazer tudo sem sentir dores nenhuma no corpo, já adaptou. Então agora é só aumentar a quantidade de exercício para daí aumentar a energia que está baixíssima ainda... tem que aumentar mais (Telma).

Sara também revela que gosta de fazer exercícios, mas que têm alguns que são "verdadeiras torturas". No entanto, nada que a "força de vontade" não supere. Suportar a dor, desprezá-la enquanto obstáculo ou um sinal de alerta, é uma prova de resistência, é colocar o corpo à prova. A luta que a medicina faz para afastar a dor da vida humana, que há muito tempo tem perdido o seu significado religioso encontra neste momento afinidades: suportar o sofrimento para alcançar a graça: o emagrecimento e a boa forma.

Em suma, a atividade física é um bem. Um bem incondicional. Pouco se discute os possíveis malefícios, as lesões, e os demais problemas vivenciados no cotidiano pelos atletas de alto nível, muito menos pelos amadores e pelos praticantes de atividade física de uma forma geral. São inúmeros, joelhos, ombros, musculaturas postas à prova, às dores e às resistências. Tais danos e dores são completamente silenciados frente aos benefícios da atividade física.

Os entrevistados também silenciaram – não foi realmente investigada esta questão. No entanto, cabem algumas considerações que apareceram nas entrelinhas de algumas falas e que chamaram a atenção. Paulo, que é médico, trouxe as luzes da ciência que comprovam que as pessoas que praticam esportes reduzem os riscos de doenças, particularmente, as doenças cardíacas. Ele mesmo afirmou que não tem adoecido desde que começou com a atividade física regular, mas, no entanto, em um outro momento da entrevista, ele remonta o problema que teve na omoplata e em uma vértebra e quase teve que se submeter a uma intervenção cirúrgica:

> Tenho também, com isso, os seus 'adversos'. Eu, por exemplo, nesses dois anos, eu tive umas duas lesões.Uma lesão no ombro que provavelmente foi erro mesmo de exercício e cheguei a ficar assim, um mês parado. O outro foi uma distensão na área vertebral que foi pouco tempo, mas que poderia ter sido mais grave. A lesão do ombro mesmo até hoje eu tenho que tomar cuidado, eu faço fisioterapia eu por mim mesmo, mas cheguei até a cogitar cirurgia na ocasião. Como foi uma lesão inicial deu para recuperar. Esta é também a parte ruim da coisa, o joelho se a pessoa força muito... graças à Deus não tenho nada nessa parte não (Paulo).

Ele considerou como um "efeito adverso" e não um acidente, ou uma situação patológica. Ilda, no bojo da sua apologia à atividade física deixou cair nas entrelinhas alguns problemas no joelho e um cansaço crônico que tem sentido nos últimos tempos. Houve quem fosse mais radical e mostrar claramente a sua não afeição com as academias:

> Acho que uma é obrigação, você tem que fazer aquele exercício. Por mais que você não queira se moldar toda, você já está ali, 'ah não, vou fazer'. Ficar ali malhando, feito uma *condenada*, por isso que eu acho que academia é uma *escravidão*. Para quem tem esse pensamento de se enquadrar em tudo que o padrão da sociedade impõe...Todo dia está ali se acabando, eu não gosto não (Telma).

Narciso, sobre a prática de musculação, também revelou que a musculação é um dos "esportes" mais ingratos que existe, pois "passa três meses malhando, fica o corpo numa performance ótima, mas se pegar uma virosizinha, tudo aquilo que você adquiriu você perde uma semana o que você adquiriu três meses" (Narciso).

É desta forma que Virgínia designou uma escravidão, uma condenação, pois a forma física é uma conquista cotidiana, que não cabe qualquer descuido. Sendo assim, a única coisa que resta a fazer é incorporar tal prática dentro dos hábitos cotidianos. E é dessa forma que Álvaro se referiu a esta sensação de dever cumprido, um prazer, uma liberdade de decidir que não exclui a obrigação. É a incorporação de uma disciplina na qual o controle é responsabilidade do próprio indivíduo. As noções de treino progressivo e monitorado, performance e recorde penetram nesta competição permanente dos sujeitos consigo mesmo. Competem expelindo dos seus corpos a obesidade, as gorduras localizadas, o cansaço, efeitos do envelhecimento sobre o corpo, para conquistar o maior de todos os bens: a Saúde. A saúde combinada com a beleza, a leveza, o rejuvenescimento, o bem estar.

O metabolismo dos corpos em movimento

Neste item retorna-se a referência do corpo interno e externo. O metabolismo interno do corpo se apresentou para a maioria dos entrevistados como uma categoria sensível. Sensível às mudanças dos processos fisiológicos do corpo no momento da atividade física, aos efeitos do bem estar que provoca a sua prática regular ou ainda aos efeitos metabólicos do processo de envelhecimento. As mudanças dos processos fisiológicos durante a atividade física já foi referida acima com a descrição de Flávio quando ele está correndo.

As imagens do corpo em movimento combinam a sudorese com a respiração acelerada, a aceleração dos batimentos cardíacos que indicam uma intensificação da circulação sanguínea, rubores e calor por todo o corpo que dá uma sensação de produção de um corpo saudável. A idéia de fazer o sangue circular e resultar na "limpeza" das artérias, particularmente das gorduras, se faz presente. Exercitar o corpo significa então provocar um estímulo sanguíneo, bem como a liberação das toxinas do corpo e, sobretudo, o meio para "queimar" calorias. Neste último, há um encontro com os significados do suor.

A idéia de "tirar tudo no suor" produzido pelo exercício físico toma uma nova conotação no contexto contemporâneo. O suor resulta de um corpo em movimento acelerado, que já fora rejeitado por significar o trabalho duro, o trabalho do negro escravo, e, em outro momento, valorizado quando significa a simbolização positiva do trabalho que tem como lema mestre: "ganhar o pão com o suor do rosto". Na atividade física contemporânea, o suor passa a ser estilizado, glamourizado e até erotizado. A imagem do corpo suado é bem

explorada pela mídia. O suor representa um dos produtos metabólicos estando presente no imaginário dos entrevistados, "uma transformação da gordura em suor", por conseqüência, a perda de peso.

As mudanças no metabolismo provocadas pelo envelhecimento foram mencionadas tanto por aqueles que já as sentem como também por aqueles que estavam interessados em trabalhar para o futuro: "quanto mais o tempo passa, você tem mais dificuldade porque você acumula mais gordura, porque o seu metabolismo vai diminuindo, vai mudando tudo, tem a parte hormonal também" (Marta).

Os processos internos provocados pelo envelhecimento - e não apenas os fenômenos aparentes tais como as mudanças na pele ou perda da funcionalidade do corpo – são refletidos como causalidade: a redução do metabolismo, as mudanças hormonais, o acúmulo de gorduras; que ainda podem passar a ser categorias sensíveis tal como: "você sente o metabolismo diminuindo". Isto indica um aprofundamento dos níveis de sensibilidade do corpo que é também resultado da ampliação dos investimentos científicos para a compreensão do processo do envelhecimento com o intuito de melhor controlá-lo e/ou retardá-lo. Roberto e Álvaro visualizam o futuro dos seus corpos e a atividade física.

> Sinceramente, eu vou ser um velhinho muito chato! Enquanto eu não parar, meu corpo não vai sofrer, vai ter alteração do tempo, mas mesmo assim, engordar, ficar com problema de coração, eu acho que não vou ter. Isso pra mim é importante (Roberto).

> Acho que vai continuar como está, ou melhor, ainda! A idade vai chegando e a gente vai, eu, pelo menos, vou procurar manter ele assim, ou melhor. Daqui para frente, não vou deixar esmorecer ou ficar pelancudo, velhão, essas carnes moles, vou procurar manter do jeito que eu estou, ou melhor. Tem que levar a sério! Vai ficando mais velho, sei lá mais saudável, procurar manter ele como sempre venho mantendo até agora, ou apertar mais por causa da idade. Queira ou não, você vai decaindo um pouco em termos de músculos vai enfraquecendo, o músculo da barriga não tem a mesma rigidez que tinha antes, então tem que compensar de alguma forma fazendo exercício e tal e zelando por ele (Álvaro).

As duas falas demonstram uma disposição para controlar a velhice através do exercício físico. Se o esforço físico, oriundo do trabalho penoso, poderia

acelerar o envelhecimento, no exercício físico regular encontra-se a fonte para combater estes males e proporcionar uma velhice saudável, sem doenças, sem gorduras, como Roberto acredita.

A construção da corporalidade soteropolitana no mundo contemporâneo

Pela primeira vez na história, o número de obesos no mundo ultrapassa o número de desnutridos. Sendo a obesidade considerada como um dos fatores que tem influenciado o perfil de morbi-mortalidade das populações, a idéia do emagrecimento dos corpos se constitui em um enfrentamento político: estão envolvidas as organizações internacionais como a Organização Mundial da Saúde (OMS), a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), as políticas governamentais – em que os EUA são um exemplo disso, principal espaço de batalha entre empresas privadas na área de alimentação, sociedade e governo –, bem como organizações não governamentais, a mídia, associações e grupos a exemplo dos Vigilantes do Peso.

Os espaços institucionais estão sendo convocados para serem parceiros de tal empreitada: as escolas com os programas de alimentação escolar buscam promover uma "alimentação saudável", estimular a atividade física, e ainda, propostas de inclusão da alimentação enquanto tema curricular, com o intuito de prevenir a obesidade. Os ambientes de trabalho também estimulam, através das instituições de saúde do trabalhador controlando os índices de colesterol sanguíneo e o peso corporal, que os indivíduos tomem iniciativas para buscar um "peso saudável". Os espaços públicos urbanos também sofrem lentas mudanças a serviço desta empresa conforme já referido neste capítulo, assim como espaços específicos a exemplo das academias de ginástica destinando espaço e tempo para tal fim. Embora a estimativa da população brasileira que utiliza este último espaço seja pequena, ela não deixa de ser uma referência importante para trabalhar o corpo.

O "peso saudável" estabelece outros critérios normativos e, por conseqüência, novos critérios desviantes: a morfologia corporal no corpo obeso é o seu desvio patológico e, de um outro extremo, a anorexia nervosa, considerada como uma patologia de protesto, como também a vigorexia. Patologizam-se também as formas de comer, o que se convencionou a chamar

de “transtornos alimentares” – síndromes do comer compulsivo episódico – não mais a gula –, a bulimia nervosa. Novas representações e significados são construídos em torno destas novas classificações corporais.

O presente capítulo procurou focar como os sujeitos subjetivam tais proposições políticas e como eles operacionalizam no cotidiano de acordo com as suas condições de possibilidade. Estes investimentos políticos podem levar os indivíduos a se incomodarem com os seus corpos e decidirem a modificar suas condutas corporais, como podem criar outras múltiplas possibilidades de resistências. Será no corpo, onde tais batalhas se concretizam no cotidiano dos sujeitos, permeados de vitórias e derrotas, o espaço de negociações, de idas e vindas, aceitações e resistências que construirão este campo de experiências corporais dos sujeitos contemporâneos. Emagrecer na visão dos sujeitos significa muito mais do que perder peso, muito mais do que perder a gordura corporal ou modulação da sua morfologia. Indicou ser em muitos momentos a ponta de um *iceberg* referente a um processo de mudanças mais generalizadas na vida da pessoa. Trata-se de uma conquista, com uma atitude beligerante consigo mesmo, por vezes oculta, mas onipresente e capaz até de desestruturar silenciosamente vidas.

Entretanto, é também importante refletir sobre o corpo que temos, o corpo que desejamos e o corpo sugerido pelos discursos médicos dentro do contexto citadino soteropolitano. Os corpos soteropolitanos, resultado das múltiplas e heterogêneas formas de miscigenação genética e cultural e, por conseqüência, múltiplas representações e significados; trazem marcas históricas fundamentais. São eles os corpos negros que trazem as marcas do trabalho pesado da escravidão, reduzidos da condição humana à condição animal, e ainda com as escaras das punições públicas, são os corpos repreendidos, exterminados e esquartejados nas revoluções e revoltas em prol da liberdade contra a situação colonial, são os corpos violentados e desaparecidos no período da ditadura militar em busca da sua liberdade de expressão, são corpos exauridos pela fome e exploração que ainda se fazem parte do cenário da Terra da Felicidade. Formados ainda pela amálgama dos corpos das sinhazinhas e dos coronéis, senhores de engenho, o homem gordo coronel, branco, de passos lentos, com um caminhar que ostenta a sua barriga pulsante, símbolo de prestígio e poder, cujas formas de dominação preponderante na época ainda podem ser identificadas nos modelos híbridos atuais das relações de classe. São corpos mulatos sedutores dos estivadores, pescadores, capoeiristas, dos malandros; e

das mulatas, do rebolado de largas ancas hipertrofiadas por tanto "subir ladeiras" de acordo com o dito popular.

Por outro lado, são corpos que se liberam até a exaustão nas festas populares, carnavais e nas festas privadas também. É na festa e na musicalidade baiana, que possuem um valor simbólico fundamental para a cultura local, que os corpos soteropolitanos constroem alguns dos aspectos mais relevantes da sua identidade. São os encontros dos corpos nas rodas de samba e nas rodas de capoeira expandindo os seus limites de corporalidade, entre o rebolado e a ginga do corpo. É lá nos blocos afros que os negros procuram resgatar a sua dignidade expressando a sua afirmação cultural e religiosa, reprimida há séculos, porém presentes nas memórias corporais. Lutam contra os estigmas criados que validaram o corpo do negro, visto como propenso à marginalidade, uma massa cefálica menor que o desqualificaria enquanto ser humano. São nos corpos dançantes dos orixás que sincretizam com o corpo martirizado de Cristo e os corpos sofridos dos santos católicos. É ainda na folia momesca que os corpos excluídos se encontram com os corpos exibidos de "gente bonita" que também exibem a sua "baianidade" cravada nos ícones da cultura negra, mesmo sendo na sua maioria brancos e brancas.

Sob a édige da modernidade que aporta nos cais da Baía de Todos os Santos nos meados do século passado, Salvador irá sobrepor os novos ritmos dos relógios às batidas de seus tambores que já dialogavam com os toques modernos da guitarra baiana. Os soteropolitanos tiveram que congregar estes novos ritmos a seus corpos. Transformam-se em corpos operários, ou nos corpos de empresários, "modernizando" as formas de exploração do trabalho, limitando a vivência hedônica das festas e do descanso das redes, ampliando a velocidade dos movimentos em prol da produção econômica. As formas de violência ao corpo também se modernizam, fundadas na violência urbana vivenciada nos bairros, na violência policial, no tráfico de drogas, do abandono dos corpos dos moradores de rua e da prostituição moderna como o fenômeno do turismo sexual onde parece ainda perpetuar o imaginário erótico tropical e colonial, não existindo "pecado do lado de baixo do Equador".

Mas, nem por isso, os corpos das soteropolitanas e dos soteropolitanos deixaram de explorar formas hedônicas de prazer modernizando o toque dos seus tambores e o potente som das guitarras eletrizantes dos trios. Pelo contrário. Transformaram em um produto. A festa é trabalho, trabalho que vai desde os grandes empresários de entretenimento até a geração do trabalho precário –

crianças que catam latinhas, desempregados que vendem cerveja no isopor fugindo dos fiscais da prefeitura, os que vendem a sua força de trabalho nas cordas dos blocos, dentre várias outras possibilidades.

Paralelamente, tem-se também a busca da valorização da cultura diversa, colonial e barroca, na qual a arquitetura e corpos soteropolitanos estão sendo transformados em um produto dentro de uma economia do lazer, uma "capital do prazer" seguindo a linha de Antonio Risério (2004). Não por acaso, Salvador se volta para o Recôncavo Baiano a busca de suas origens culturais e históricas: bandas filarmônicas, sambas de roda, capoeira, e vários outros ícones da miscigenação cultural que emergiram no bojo da cultura canavieira, de um dos primeiros pólos de produção econômica do país. Logo, a modernização da cidade não passa apenas pelo seu arcabouço arquitetônico, pela produção das festas, pela modernização de relações trabalhistas, passa também pela modernização dos seus corpos e de suas práticas corporais. E é aqui que nos encontramos com a leveza corporal, fundada no seu emagrecimento, que também se traduz em uma leveza psíquica da existência em que elementos como o lúdico, aqui disciplinado, pode oferecer. Transformar a vida mais leve.

Em suma, entendendo que a riqueza histórica e cultural da cidade de Salvador está presente nos corpos, como se dá o diálogo corporal entre os corpos que preservam as dimensões grotescas e carnavalescas – talvez com resquícios da cultura medieval européia –do catolicismo popular, ao lado dos corpos barrocos e coloniais, dos corpos inseridos no universo cosmológico das religiões africanas, dos corpos indígenas; com os corpos informatizados presentes oriundos do mundo moderno e global? Sobre quais bases se dão estes diálogos? Dominação, submissão, resistência ou negociações? Quais significados teriam a produção dos corpos emagrecidos, leves e saudáveis na cidade de Salvador, no seu projeto de produção novas formas de "baianidades" que diferem de outros pontos do mundo?

Notas

[1] Rabinbach (1992) estuda como esta concepção de corpo enquanto um motor humano entra no cenário produtivo, também estimulado pelos estudos sobre a exaustão e a fadiga, conceitos que se identificam com a modernidade e em que a inatividade era vista como a causa suprema da resistência ao trabalho. As descobertas levaram a compreender a fadiga de uma forma neutra, objetiva e o desafio científico era descobrir um caminho para eliminá-la uma vez que se constituía como um obstáculo para a produtividade. Tais processos também irão coincidir com a emergência das ciências da

nutrição, sendo um dos pilares para as tentativas de eliminação da fadiga dos corpos dos trabalhadores.

[2] Já nos Estados Unidos cerca de um terço da população estão acima do peso esperado. De acordo um uma publicação do *New England Journal of Medicine* em março de 2005, divulgado pelo jornal francês *Le Monde*, esta explosão da obesidade nos Estados Unidos, que atinge também a população jovem, poderá reduzir a esperança de vida nos Estados Unidos invertendo dois séculos de progresso ininterrupto (*Le Monde,* 16 março 2005).

[3] No verão de 2006, a empresa "Grendene" lançou uma propaganda de seu produto com a modelo Gisele Bündchem, representando uma espécie de nova garota de Ipanema, desfilando nas praias cariocas, tendo ao fundo a música "Garota de Ipanema" cantada em inglês, dando um caráter internacional ou talvez universal.

[4] O uso de silicone nos seios parece desafiar o padrão de beleza retilíneo que segundo alguns autores, anulam os símbolos reprodutivos da mulher.

[5] A idéia de "Lavagem" tornou-se sinônimo de festa e que já é realizado em outros países a exemplo da Lavagem da *Sacre Coeur* em Paris, aos moldes da Lavagem do Bonfim, já na sua oitava edição em 2005.

[6] Todavia, vale a ressalva de Antônio Risério (2004) que tal fato não significou que a praia não tenha sido povoada. Em primeira instância, afirma, a praia foi 'coisa de pobre'. Índios, escravos e libertos pobres usavam a beira mar para retirar o fruto da sua sobrevivência com a pesca. Também a utilizavam para os banhos higiênicos, recreação e até encontros amorosos.

Capítulo V

Sobre as práticas alimentares

Observamos no capítulo anterior os complexos itinerários dos sujeitos entrevistados para promover mudanças nas práticas corporais instituindo no seu cotidiano a atividade física. Para a maioria dos entrevistados, esta foi, de uma forma geral, a primeira ação na trajetória percorrida para a reconstrução do corpo aos moldes contemporâneos. As necessidades de mudanças nas práticas alimentares foram sentidas um pouco mais adiante quando a atividade física regular já estava em curso.

O presente capítulo pretende analisar as mudanças e permanências das práticas alimentares expressas pelos sujeitos deste estudo considerando o contexto brasileiro e, em particular, a dinâmica da cidade de Salvador. Partindo dos episódios biográficos dos entrevistados em que estão inscritas as trajetórias alimentares, foram definidas quatro categorias. O primeiro grupo foi chamado "eu como de tudo", no qual integram os sujeitos que praticam atividade física em função da sua preocupação com o corpo, porém não se apresentaram dispostos, ao menos por enquanto, a promover mudanças em suas práticas alimentares. Embora eles reconhecessem as recomendações contemporâneas sobre a alimentação saudável e os seus benefícios, não sentiam a necessidade no momento para tal empresa. Contudo, não descartavam a possibilidade de promover mudanças no futuro. De fato, o "eu como de tudo" não representa o descontrole, há regras e interdições, e preocupações com o comer e sua relação com o corpo e a saúde. Vale ainda ressaltar que os sujeitos pertencentes a este grupo se encontravam relativamente satisfeitos com o corpo e entendiam que a manutenção de uma boa forma corporal poderia ser realizada através da atividade física.

O segundo grupo foi o "sempre cuidei da minha alimentação", composto por dois entrevistados cuja atenção as suas respectivas práticas alimentares já percorrem décadas, partindo da racionalidade do discurso da "alimentação natural" Uma entrevistada é contemporânea e participante da emergência e popularização da chamada "alimentação natural" que cresce no mundo a partir da década de 1970 e no Brasil, especialmente nos anos 1980, ao lado da "febre" das academias de ginástica. O outro entrevistado nascido em uma fazenda no interior da Bahia tem a referência de uma alimentação mais natural revelando uma visão de um ruralismo puro que contrapõe o pólo urbano concebido como contaminado. A partir da análise dos discursos destes entrevistados, pode-

se compreender que as práticas alimentares identificadas como alternativas ou naturais não contradizem com os referenciais mais atuais sobre alimentação saudável, pelo contrário, elas convergem, se retro-alimentam e se atualizam.

O terceiro grupo, "não consigo me controlar!", refere-se a sujeitos, marcados pela insatisfação com o corpo e que não conseguem instituir mudanças no comer. O principal referencial que norteia as suas práticas alimentares é a "dieta". A dieta, conforme concebida no senso comum, pode ser caracterizada por uma restrição alimentar severa durante um curto período de tempo com o objetivo de promover uma perda de peso rápida. Estes sujeitos vivem em ciclos de alternância entre a restrição severa e o descontrole alimentar. Trata-se de uma conturbada relação com o corpo e com o comer. Neste grupo foi incluso um caso de bulimia representando um dos pólos de extremidade do descontrole alimentar.

Por fim, o quarto grupo foi chamado de "encontrei a verdade dentro de mim". É composto pelos indivíduos que já mudaram as suas práticas alimentares ou estão em vias de promover estas mudanças. O referencial que os unificam é o da reeducação alimentar. A reeducação alimentar se configura como a estratégia atual que representa a possibilidade da construção de uma nova disciplina alimentar no mundo contemporâneo. Ela se caracteriza, diferente da dieta, pelo não imediatismo, propondo mudanças permanentes nas práticas alimentares e uma perda de peso progressiva. Santos (2002b) sintetiza o seu lema de marketing como "emagrecer, comendo tudo que gosta, sem passar fome". Os seus princípios são mais disseminados pela sociedade por diferentes meios de comunicação e pelos profissionais de saúde. O termo reeducação alimentar foi bastante utilizado pelos entrevistados que expressaram a idéia de ter encontrado o caminho certo para as mudanças. Contudo, a reeducação alimentar apresenta pouca elaboração teórica na literatura. É importante relembrar que muitos dos entrevistados já experimentaram várias estratégias que resultaram em inúmeros fracassos e agora apresentam um discurso de sucesso. Por tal razão, foi eleita a frase "encontrei a verdade dentro de mim" expressa por uma entrevistada, uma noção presente em outros discursos.

As mudanças promovidas por este grupo foram diversificadas, tendo uma multiplicidade de estratégias em curso para alcançar os objetivos que, por sua vez, também foram diferenciados: havia quem desejasse em uma primeira instância emagrecer; outros a hipertrofia muscular, ou ainda promover a saúde, lutando contra ou compensando os efeitos do metabolismo que modifica com

o avançar da idade. São múltiplos os usos e funções do comer, que podem convergir, contrapor, sobrepor ou serem excludentes, como já foram discutidos.

Em verdade, a multiplicidade e as singularidades das estratégias e itinerários alimentares se constituíram em uma dificuldade para delinear esta classificação de uma forma geral. Vale ressaltar que, como toda classificação, esta foi mais uma tentativa de aproximação das singularidades em grupos específicos do que a constituição de grupos homogêneos.

O capítulo ainda contempla a abordagem de dois grandes aspectos concernentes às mudanças das práticas alimentares no mundo contemporâneo: o primeiro trata dos aspectos fundamentais que estão relacionados com o processo de mudanças dos indivíduos tais como a noção de refletividade alimentar, a cacofonia alimentar, o processo de (re) aprendizagem; o controle da fome e dos desejos; reconstrução do gosto e as novas sensibilidades alimentares. O segundo tece breves considerações sobre estas mudanças mais no plano coletivo em relação às questões de classes sociais, etnia e gênero. Neste último, não se trata de uma análise em profundidade destes pontos, contudo, estes não poderiam ser desconsiderados não apenas pela relevância destas questões para o tema, mas também por terem sido percebidos nas construções representativas nas falas dos entrevistados.

As diferentes práticas alimentares

"Eu como de tudo"

A expressão "eu como de tudo" foi a mais expressiva para este grupo. Refere-se aos sujeitos que não promoveram mudanças significativas nas suas práticas alimentares nos últimos tempos, embora algumas pudéssemos identificar. Esta permanência das práticas alimentares tradicionais estava associada a um "não sentir necessidade no momento" de realizar mudanças, contudo, reconheciam como importantes as recomendações sobre alimentação saudável, não descartando ainda a possibilidade de fazer mudanças no futuro.

Foram quatro entrevistados classificados neste grupo, dois homens e duas mulheres, todos se consideravam com um peso normal, embora desejassem algumas "correções". Uma entrevistada até ressaltou a sua facilidade em emagrecer. Este também é um fator importante que pode estar associado à não sentir necessidade de mudanças no momento.

A referência ao “comer tudo” que esteve presente nos discursos de todos os entrevistados não significou não ter restrições e nem tão pouco “gostar de tudo”. Na verdade, o termo contrapôs a noção do comer *light* ou de “fazer dieta” em prol do complexo emagrecimento-saúde-beleza. Isto implica em outros critérios estabelecidos para definir o permitido e o proibido, além de não abrir mão do prazer em comer.

> Eu como de tudo, não tenho aquela coisa de fazer dieta porque, graças à Deus, não tenho tendência a engordar, eu emagreço com facilidade. Não tenho aquela coisa de você não comer muita gordura ou isso, aquilo. Sei que vai ter esse aumento de colesterol, mas eu não tenho uma dieta específica em torno da alimentação, eu como de tudo, de vez em quando, eu como uma coisa ou outra, mas não sou adepta, não sou fiel àquela coisa de comer *diet*, *light* sei lá o quê (Sara).

Embora Sara consuma alguns itens identificados com as formas contemporâneas do comer *light*, ela delimita a sua não “adesão” ao estilo. O uso de pronomes demonstrativos – “*aquela* coisa de fazer dieta”, “não sou fiel *àquela* coisa de comer..” – ao referir-se a dieta, marca uma relativa distância de si, a coisa dieta, um certo desprezo por estas recomendações. Álvaro e Roberto foram um pouco mais radicais nas suas posições em relação ao comer, afirmando que “comem à vontade”. Roberto afirma que ele come “de acordo com a sua vontade”, sendo contrário a privações:

> Hoje vou comer um franguinho, uma coisinha assim bem leve, para mim, eu não sei. É aquele negócio: enquanto não vier me mostrar que eu tenho que fazer isso, me privar, eu não vou fazer. Se eu estou me sentindo bem comendo desse jeito, eu estou treinando para perder essa gordura que eu como no churrasco... (Roberto).

Além da necessidade de provas, Roberto ainda tece críticas as privações indicando que “privação não é chegar e abdicar de 100% daquela coisa”, e exemplifica: “vamos supor: vou comer chocolate? Vou. Quantos? Um tabletezinho por semana se está com vontade chega lá coma, mas só para saciar, não vá na gula e coma o pacote inteiro entendeu?”. O seu discurso indica que a moderação está presente contrapondo a saciedade e a gula.

Álvaro diz que ele “desleixa um pouco” com a alimentação, mas sem “culpa”. Para ele, comer é “uma das coisas que dá prazer na vida, sentar e comer, estar com fome, gostar daquilo ali você sai e come”, e não admite ficar com fome: “porque eu vou ficar com fome? Para emagrecer, não vou, acho que com fome você não raciocina direito você não desenvolve bem o trabalho...”. Tanto Álvaro quanto Telma trouxeram à tona a concepção de que um corpo com fome tem dificuldades no raciocínio e a importância de uma pessoa bem alimentada para ter um bom desenvolvimento nas suas atividades.

Estas idéias voltadas para os malefícios da fome estão bastante presentes na memória coletiva, sobretudo das camadas populares, mesmo para aqueles que não estão mais submetidos a esta condição. Pensando de outra forma, após séculos de luta contra a condição de faminto, a luta por não sentir fome, a luta para conquistar um certo nível de segurança no que tange à presença dos alimentos na mesa cotidiana, porque iria ele se submeter voluntariamente a esta condição que traz no seu bojo marcas históricas dolorosas além de tantos malefícios?

Comer para este grupo é, sobretudo, um prazer, por vezes preservando prazeres que tendem agora a proibição, como é o caso da gordura:

> Gordura é bom, você pega um pouquinho de manteiga passa na boca, mas se botar no pão, se não tiver no pão fica horrível na minha maneira de ver. Eu gosto muito, gosto muito mesmo, gosto muito de comer farofa, farofa de calabresa, feijão com farinha, aquela nata da gordura, eu gosto de manteiga, queijo, presunto (Sara).

As declarações de apologia aberta à gordura de Sara seriam capazes de repugnar alguns outros entrevistados, que optaram pela chamada alimentação saudável. Notemos também que ela deixa sublinhada uma aliança entre a prática de atividade física na academia e uma alimentação específica que ela concretizou na necessidade de ingerir certos alimentos como o leite com granola e evitar outros. Todavia, estas declarações não significaram a ausência de um controle em relação ao seu consumo ou, ao menos, uma preocupação em torno disso: “eu sei que aquilo não está me fazendo bem, não vai me fazer nem futuramente, está satisfazendo meu apetite, eu gosto muito, faço questão que tenha, mas eu sei que não vai fazer bem futuramente”(Sara).

Consciente dos supostos perigos, Sara diz que se controla, mas: “é, aquela coisa... não tem uma fidelidade, essa coisa de controle...”. Telma também segue esta direção no que tange ao seu prazer em comer, afirmando que comer é

muito bom, mas "exige cuidados". Refere-se ao consumo excessivo de gorduras e a possibilidade de "uma hora entupir as artérias e você ter um troço!", preconizando o "evitar frituras".

A preservação das práticas alimentares tradicionais pôde ser percebida, por exemplo, nas referências particularmente de Virgínia e Sara sobre a importância do feijão no comer e a quase que impossibilidade de comê-lo sem a farinha de mandioca. Sara fez alusões à característica da feijoada que se consome em sua casa: "ah! Feijoada gordurosa minha filha!". Menciona que já preparou muita feijoada completa "mesmo com mocotó e fato", mas hoje ela está reduzida a "calabresa, carne de sertão e carne de boi", pois tem sido um desperdício já que a família já não consome como antes. Assim, "não faz mais parte do cardápio da casa" a feijoada completa, afirma.

Para Álvaro, "a carne é sagrada", sacramenta, e não acredita que o frango "sustenta". É no almoço que ele "come à vontade mesmo" por considerar a refeição mais importante. Sempre prefere comer em um restaurante a quilo, e sempre consome carne vermelha, "mal passada", mesmo junto à "comida baiana", tradicionalmente servida às sextas feiras nestes tipos de restaurantes em Salvador por volta das duas últimas décadas. Não se priva do consumo de álcool afirmando beber qualquer dia da semana se tiver companhia.

Tais referências sobre as práticas alimentares tradicionais serão discutidas posteriormente. O que vale aqui ressaltar é que, embora este grupo tenha se mostrado fiel aos hábitos alimentares tradicionais, as perspectivas para realizar mudanças estão presentes no horizonte ou senão já foram implementadas. Álvaro afirma que mudou a sua forma de pensar sobre o comer:

> Eu já fui um pouco ignorante em relação a isso, achava que comer seria comer muito. A verdade não é essa, tem que comer o suficiente para se alimentar, para manter o seu dia-a-dia, as energias necessárias. O comer para mim é você sentar e estar satisfeito não na quantidade e sim na qualidade (Álvaro).

Duas questões de importante destaque: o princípio da quantidade é suplantado em prol da qualidade, e que o princípio anterior está associado à ignorância. Comer o suficiente e sentir-se satisfeito representa a boa conduta em relação ao comer. Esta dicotomia entre quantidade e qualidade é referida enfaticamente nas demais entrevistas e merecem mais considerações que serão realizadas adiante.

Assim, Álvaro tenta manter um padrão, frente a tantas recomendações que "a gente ouve falar". Além disso, sempre procura manter-se atualizado com as notícias, dentre elas sobre alimentação. À noite, por exemplo, procura fazer uma refeição "mais leve", à base de sucos e sanduíches. Ele ainda menciona que "exagera um pouco" nos refrigerantes, mas procura se "policiar".

Quanto a Roberto, embora não aceite fazer privações, ele não descarta esta possibilidade no futuro. Além disso, ele tem feito alguns pequenos investimentos como, por exemplo, "aprender a gostar de peixe", pois o reconhece como uma carne saudável e seria bom para a sua saúde. Ele ainda revela o desejo de ser seletivo, dando indícios de que a reflexividade alimentar participa dos seus horizontes: "vamos supor, abrir a geladeira, agora estou indo malhar, vou comer o quê aqui? Um pouco de proteína, tal, banana....". Ele diz que "queria poder chegar e selecionar o que queria, tudo dentro do que eu gosto de comer mais". Para Roberto, é essencial que esta dieta saudável idealizada esteja dentro do seu padrão alimentar e que não contraponha as suas preferências alimentares. Atender a sua vontade hoje está associado à sua juventude, pensando que no futuro as coisas poderão mudar. Isso é o que também pensa Sara que chega a afirmar:

> Eu sou contraditória, eu sei que eu sou contraditória em falar isso, porque não me preocupo numa boa alimentação, numa alimentação saudável, mas porque eu acho que eu não tenho essa necessidade. Eu sei que é um fator necessário, se eu quero envelhecer bem, implica em me alimentar bem também porque se eu não me alimentar bem talvez não chegue nem a envelhecer eu morra antes disso que é tanta 'porcaria' mesmo que a gente come (Sara).

Em suma, apesar dos entrevistados demonstrarem uma importância maior em satisfazer as suas necessidades e desejos em relação ao comer, respeitando as suas preferências alimentares, eles não se mostraram imunes às novas recomendações em curso. Elas têm sido instituídas dentro de um jogo de negociações, procurando não contrapor de forma intensa as suas rotinas alimentares. O prazer, as preferências e gostos alimentares estão no centro das referências das condutas. Reforça-se que a expressão "comer de tudo" e "comer à vontade" não representou uma falta de critérios para definir a alimentação. Eles existem e muitos estão relacionados às recomendações contemporâneas. A questão da necessidade deixa um flanco aberto para uma possível mudança no futuro.

“Eu sempre cuidei da minha alimentação”

Esta é a expressão que mais caracterizou este grupo composto por dois entrevistados, um homem das camadas populares, 37 anos, e uma mulher de classe média de 46 anos. Ambos revelaram que sempre cuidaram da alimentação, não indicando ser uma prática recente e tendo como principal referência teórico-operacional, a noção de alimentação natural.

A idéia de alimentação natural chega ao Brasil nos anos 1970, sob influência americana, fruto de todo um movimento político-ecológico que contrapunha os rumos da sociedade industrial no bojo do surgimento da chamada sociedade de consumo. Alimentos refinados, sendo o açúcar um grande símbolo na luta, foram altamente contestados, criticados e sendo amplamente divulgados os seus malefícios, elegendo assim, os alimentos integrais como os “saudáveis”. Todavia, como destacou Levenstein (2003b), e ainda como ocorreu em outros momentos da história, as grandes corporações de processamento de alimentos americanas rapidamente se adaptaram às demandas em relação aos alimentos “naturais”, especialmente em cereais. O grande sucesso dos novos cereais foi a granola no final dos anos de 1960.

Eles tão logo perceberam que a palavra “natural” poderia ser um “natural *money-make*”. Foi também uma magnífica oportunidade o uso dos conceitos companheiros de “*less*” e “*light”*o crescimento do mercado dos produtos com baixo teor de açúcar, baixo teor de gorduras – especialmente saturadas, com redução de sódio, ou simplesmente alimentos de baixa caloria. Junto a isso, destacam-se os investimentos na educação nutricional pelo governo americano e pelas próprias indústrias. Em 1997, um quarto das propagandas sobre alimentos nas revistas femininas americanas envolveu o apelo do “natural’ indicando a extensão da indústria e a popularização do termo. O efeito deste termo nos consumidores foi significativo assim como outras palavras convincentes como “orgânico”, “não químico”, “puro”, “real” e “não preservativos” ou ainda, em um ponto mais extremo, a idéia dos termos como “sabor natural de laranja” em empresas de sucos artificiais (Levenstein, 2003b).

Cabe também destacar que as associações dos alimentos naturais a um movimento político ecológico, que caracterizou, sobretudo os anos 1970, têm sido substituídas pelas associações ao bem estar e a busca da saúde. Guillon e Willequet (2003 *apud* Guivant, 2003*)* identificaram a tendência do *ego-trip* que, a partir do início dos anos 1990, estaria presente nas decisões dos indivíduos a

se preservar (por exemplo, segurança quantitativa e qualidade sanitária dos alimentos) e a se promover de acordo com seu ambiente: beleza, saúde e forma, a busca de alimentos mais saudável dentro de uma tendência ampliada de um estilo de vida mais saudável. Esta tendência se oporia ao estilo de vida *ecológico-trip*, que representa uma procura de contato simbólico entre o consumidor e seu ambiente e se traduziria em um consumo mais sistemático de produtos *bio* junto a atividades não alimentares em contato com a natureza ou diversas atividades sociais.

No que se refere aos discursos dos entrevistados, ambos buscavam uma alimentação mais natural possível, todavia, eles partem de perspectivas diferentes. Gustavo mora em um bairro popular, onde tem uma pequena empresa de construção civil voltada para o próprio bairro. Ele nasceu no interior do estado da Bahia e foi criado em uma Fazenda que se constituiu no espaço-lugar de referência para as suas práticas alimentares, somados ainda a sua experiência alimentar do período que serviu o exército. Já Marta, nascida no meio urbano, é uma empresária de médio porte, demonstrando ter uma boa situação financeira. A base de formação da sua prática alimentar foi no próprio âmbito doméstico aprendendo com o seu pai os princípios da alimentação natural.

Assim, para Marta e Gustavo, a atenção alimentar já estava presente nas suas vidas desde a mais tenra infância. A referência familiar representa para ambos um importante ponto de partida para a instituição das práticas atuais, podendo assim caracterizar-se em trajetórias relativamente contínuas, sem grandes inflexões.

Gustavo, com uma vivência do mundo rural, e Marta, do mundo urbano, irão construir suas referências sobre o natural e, por conseqüência, sobre a natureza de uma forma bem diferenciada. Gustavo rememora uma época, na sua infância, em que "tudo era natural, não existia nada de agrotóxico". Ele preza os alimentos que ainda vai buscar na fazenda e ainda residem na sua memória de infância: os alimentos naturais "que você pega lá na natureza e faz em casa". Assim, ele afirma que "tudo eu gosto mais natural, mas, não vai às vezes não tem nem como comer tudo natural, a não ser morar na fazenda de novo". Gustavo relembra o que comia "bastante fruta, leite também, tinha muito leite de vaca mesmo! Tanto é que não tenho problema com doença infecto-contagiosa nenhuma".

A referência a não ter problemas com doenças infecto-contagiosas pode se relacionar a um conceito de "naturalidade" vinculado à noção de "pureza" e "impureza", ao estado mais puro do alimento. Esta natureza reconstruída está

inteiramente ligada a uma noção de nostalgia do espaço social, como ressalta Poulain (2003), um universo em que os homens vivem em plena harmonia entre eles e com a natureza, uma utopia da ruralidade feliz. É a busca do paraíso perdido, ou melhor, do alimento perdido, a imagem do éden que se tenta reconstruir, um espaço perfeito para o exercício de uma corporalidade em busca da reconstrução si.

Gustavo não exclui os alimentos e preparações calóricas da sua dieta alimentar. A sua feijoada não pareceu ser "leve" – inclui toucinho, um produto simbólico que não coaduna com as novas perspectivas de cuidado alimentar no contexto atual da lipofobia –; e consome a comida baiana, em especial o acarajé, que ele revela gostar muito. No seu discurso sobre o consumo destes alimentos não transpareceu que fazia alguma transgressão aos seus princípios, que não os consumia por não poder se controlar. Eles estavam "tranqüilamente" e "prazerosamente" inclusos na sua alimentação. Apesar disso, ele afirma que controla o consumo das calorias mesmo reconhecendo "queimá-las" bastante com a atividade física.

Neste seu padrão alimentar em que prioriza os produtos que "vêm da natureza" tais como folhosos colhidos no mato, frutas silvestres, vai se fundindo com alguns outros alimentos ícones da alimentação natural urbana contemporânea, como a combinação de banana com mel e granola e o consumo de açaí. Estes bastante consumidos pelos praticantes de atividade física, considerados como "energéticos". De fato, as suas práticas alimentares fundem o tradicional e o moderno, ação bem característica do mundo contemporâneo.

Gustavo se apresentou bastante seguro em relação aos seus conceitos e suas práticas referentes à alimentação, e revelou estar feliz pela possibilidade de escuta, a oportunidade de compartilhar o seu saber alimentar. Demonstrou a sua forma de aprendizado em relação ao comer baseado na sua vivência no campo, do saber popular e através de suas próprias experimentações com o que colhe da natureza.

Esta perspectiva difere de uma perspectiva mais urbana como a de Marta, cujo aprendizado de uma alimentação natural está mais nos livros, conforme já foi aludido no extrato supracitado, próximo ao saber mais cientifico, o meio pelo qual o seu pai aprendeu e a ensinou. Ela sempre está buscando na literatura o refinamento do seu saber.

O padrão alimentar da alimentação natural é caracterizado pela presença de alimentos integrais, evitando alimentos com alto grau de processamento como os refinados, enlatados e embutidos; um consumo importante de frutas, verduras e legumes evitando ainda aqueles com a presença de agrotóxicos. O não consumo e/ou redução do consumo de carnes, em particular a carne vermelha, e o açúcar branco sempre foram atos simbólicos dos adeptos a uma alimentação natural. Marta, que tem períodos que fica mais atenta a sua alimentação e outros não, revelou que já passou sete anos sem consumir carne vermelha.

O padrão alimentar de Marta é fiel a este padrão em torno do natural e os alimentos seguem mais a uma tendência mundial, iogurtes e cereais, também simbólicos, como peixes e saladas enquanto que Gustavo incorpora os alimentos "colhidos" como folhosos e frutas silvestres, conforme já foi referido. Por outro lado, eles não se mostraram adeptos aos produtos *light* e *diet*.

Os alimentos naturais colhidos na natureza ou produzidos na fazenda aproximam-se do mundo urbano através das casas de produtos naturais ou das feiras orgânicas, espaços de aquisição de gêneros preferenciais dos consumidores de alimentos naturais. Enquanto Gustavo na sua infância aprendeu a "colher" os "produtos naturais", afirmando que os agrotóxicos não existiam, Marta aprendeu a selecioná-los nas prateleiras e evitar os enlatados e embutidos que já faziam parte do universo alimentar do meio urbano.

Ambos também fizeram alusão ao cuidado alimentar como parte de um cuidado maior com o corpo de uma forma "holística" para utilizar um termo do próprio campo, é a relação do corpo com a mente/espírito que são trabalhadas. Gustavo refere-se à prática de meditação e a busca do prolongamento da vida enquanto Marta, a necessidade de "cuidar do seu corpo da sua mente e do seu espírito". O equilíbrio na dieta e o equilíbrio mais "psicológico" também estiveram presentes no discurso.

Os entrevistados então demonstraram uma boa relação com a comida, sendo ela considerada como uma fonte de prazer, assim como era uma fonte de prazer a própria atividade culinária para ambos. Gustavo definiu comer como algo saudável, "você sentir apetite é saudável", afirma, concepção esta que diferencia de alguns outros entrevistados. A lógica está mais próxima a comer coisas saudáveis, sempre de uma forma prazerosa, do que deixar de

comer, baseando-se na noção de equilíbrio e do consumo do alimento mais natural possível. Notou-se também que os cuidados alimentares tinham uma importante centralidade na qualidade sanitária dos mesmos – a presença de agrotóxico, por exemplo – tão importante quanto à qualidade nutricional.

"Eu não consigo!"

Este grupo é caracterizado por uma prática alimentar instável que alterna períodos curtos de alta restrição com períodos de descontrole, por vezes apresentando uma compulsão alimentar. Os períodos de restrição são chamados os períodos de "dieta", geralmente marcados por uma alta restrição calórica, pela monotonia alimentar e um alto grau de controle da fome e dos desejos alimentares; que podem também estar associado ao uso de inibidores do apetite. O período do descontrole é o período em que "não se pensa no que come", "come tudo que vê pela frente", que foi um comportamento bem característico após um período de restrição. Não obstante, estas oscilações podem ocorrer em periodicidades diversas até mesmo durante uma jornada diária, por exemplo, um excesso alimentar cometido no almoço pode levar a uma restrição ou até um "jejum" durante o resto do dia.

Quatro entrevistadas fizeram parte desta categoria, composta por três mulheres oriundas das camadas populares e uma jovem de classe média portadora de bulimia. As três primeiras entrevistadas moram no mesmo bairro sendo que Carla e Dalva são irmãs e habitam no mesmo prédio de três andares. Como as duas estão desempregadas, elas estão em contato freqüente no cotidiano, compartilhando os mesmos desejos em emagrecer assim como as tentativas para alcançar tal objetivo. Foi realizada uma entrevista com Dalva e, por tanto ela se referiu a sua irmã mais velha, terminei por convidá-la também. Dalva entende que a sua irmã é mais controlada e ela busca sempre suas orientações sobre como conduzir as dietas, receitas mais *light*, dentre outras. Ela busca também novas receitas culinárias para preparar iguarias para o marido, pois Carla não aceita que uma mulher "dona de casa" não saiba cozinhar. Na verdade, Carla pareceu aceitar melhor o papel tradicional de uma 'dona de casa' enquanto Dalva parecia mais relutar contra esta condição.

Já Suzana foi uma das primeiras entrevistadas da pesquisa, quando estava finalizando o curso de administração e ingressando no curso de nutrição, convive com o problema da bulimia há cerca de dois anos. Trataremos os dois momentos

alimentares vivenciados pelas três entrevistadas e o caso de Suzana será tratado em separado como um exemplo do extremo de um descontrole alimentar.

As práticas alimentares no cotidiano

Conforme já referenciado anteriormente, as práticas alimentares neste grupo consistem em dois momentos oscilantes: um que seria o "estar em dieta" e outro do "descontrole" alimentar. O padrão alimentar no cotidiano baseia-se no padrão tradicional que será mais bem caracterizado no item ulterior. O que iremos aqui salientar é o conflito com este comer cotidiano das entrevistadas. As palavras "ansiedade", "nervosismo", e "preocupação" estavam muito presente nos discursos que foram apresentados:

> Às vezes se eu tiver muito ansiosa não resisto. Eu cansei de levantar de madrugada para comer mesmo sem fome só por hábito porque pensava assim: 'Poxa! Eu comi só aquele sanduíche natural', aí levantava, chegava na panela, pegava a sobra, botava um pouquinho assim até escondida dele mesmo (refere-se ao marido)? ia lá para fora e comia. Para mim ali estava satisfeita, para mim a noite toda...super feliz...(Dalva).

> Se eu ficar preocupada que eu tenho que emagrecer, vem a ansiedade, vontade de comer, sinto fome mesmo. Não é aquela fome de quando você sente o estômago doer um pouquinho, necessidade mesmo do organismo...É aquela vontade só porque viu...acho que não é nem fome mesmo é mais a vontade é como diz a gulodice... (Dalva).

Observa-se nos discursos que Dalva tem dificuldade de definir a sua vontade de comer. Ela parece não estar vinculada à sensação de fome como uma necessidade do organismo, uma falta do alimento que faz o estômago "doer um pouquinho". Trata-se de um outro tipo de fome que se confunde com uma vontade, oriunda de uma preocupação, ansiedade e outros sentimentos em que a comida parece trazer alguma resposta ou um conforto. Dalva ainda se refere ao comer à noite e escondido do seu marido. À noite parece o melhor momento para as transgressões. A ciência tem caracterizado o comer noturno como uma síndrome: a Síndrome do Comer Noturno.

Dalva compreende que em relação à alimentação ela "extrapola um pouco". Muitas vezes "não liga" e "come sem pensar":

> se eu fico muito ansiosa, nervosa, preocupada eu como assim, sem controle de tudo e toda hora. Eu esqueço que tem um suco *diet*, aí eu tomo refrigerante, é pão, esqueço que tenho biscoito que pode ser usado para diminuir peso, eu esqueço a dieta mesmo (Dalva).

A rotina alimentar oscila entre “um dia que come muito e outro que evita comer”. Esta rotina também pode oscilar em diferentes momentos no mesmo dia a depender das situações alimentares a que estarão expostas: “é difícil controlar, às vezes passa três, quatro dias sem comer, quando come, come dois, três que supera aqueles dias que ficou sem, chega a ficar com peso na consciência” (Carla).

A marcada contradição entre o final de semana/ durante a semana está relacionada à extrapolação e ao controle. Carla ainda diz que consegue ficar com certo controle durante a semana, mas quando chega no final de semana “come um cozido no final de semana, ai que dá vontade de tomar uma cervejinha...”. As tentativas de controle de Dalva é relatada quando ela vai à praia com o seu marido, seu preferencial espaço de lazer:

> Não ligava realmente, eu chegava na praia comia dois arrumadinhos com meu marido, um escondidinho e tome-lhe peixe, era uma coisa atrás da outra, incontrolável. Hoje em dia não!. É um acarajé, aí eu dou um tempinho, tomo um refrigerante, eu procuro conversar para poder não estar pensando no outro prato, então eu estou sempre procurando ocupar minha mente de alguma maneira para não pensar no próximo prato. (Dalva).

O final de semana representa um momento difícil no qual o exercício do controle alimentar exige em demasia delas. A partir daí, o sentimento de culpa se instala, é um sentimento constante particularmente nos discursos de Dalva e Carla, muito representada pelo “peso na consciência” e o arrependimento após o comer. As próprias entrevistadas classificam as suas práticas alimentares como não sendo “normais”, assumindo para si a responsabilidade deste processo. Desta forma, as medidas são pensadas para o decorrer da semana iniciada na segunda feira.

Dalva deixa expresso em seu discurso que a estratégia central é o “não comer”. Carla, agindo na mesma direção, se refere a um “esquecimento” do comer quando pela manhã ela declara: “estou até sem apetite e esqueço de

tomar café". Carla não possui horário fixo para almoçar, procurar adiar ao máximo a refeição ao meio dia e ainda afirma: "se eu sair, eu chego tão cansada que eu prefiro dormir a comer", continua: "Eu consigo ficar sem comer nada, mas tem dias que acordo com vontade de tomar café". Ao meio dia, "não boto muito e não sou de repetir, como eu fico muito tempo com o estômago vazio, o pouco que cai já é o bastante".

O "esquecimento" de Carla como também a idéia de "eu consigo ficar sem comer nada", expressa o seu esforço para silenciar o grande incômodo que é a fome e/ou o desejo de comer. Há um esforço para esquecer o comer, através do dormir, um exercício experimental de ficar o máximo de tempo possível sem comer, com o "estômago vazio" com uma conotação heróica nesta batalha que se trava no próprio corpo.

No entanto, pôde-se observar que algumas condutas do controle alimentar contemporâneo já estão incorporadas no cotidiano delas como a utilização de certos gêneros alimentícios, por exemplo, o uso do leite desnatado – o leite "Molico" é bem simbólico, um exemplo de associação da "marca" ao símbolo da saúde –, do adoçante artificial, e do refrigerante *diet* que foram os mais citados. Tem-se ainda o "evitar" que está fortemente presente no discurso de Carla. Evitar farinha, macarrão, lasanha, refrigerante prefere o *light*, não tomando freqüentemente, ou suco que, a depender do qual, não utiliza açúcar.

Ou ainda, têm-se as modificações nos processos culinários como a redução do uso de gorduras – o preparo do arroz "lavado" no lugar do arroz "temperado" que pressupõe refogar o arroz em óleo, o feijão com mais carne e sem toucinho, retirar a pele do frango antes da preparação. Novamente, Carla aponta as suas estratégias culinárias, pois gosta de frituras, mas "não encharcado". Estas estratégias diferem das que ela aprendeu com a sua mãe, para ela condenáveis: não retira a pele do frango e ainda o frita com uma grande quantidade de óleo, conta um pouco horrorizada até porque a sua mãe possui vários problemas de saúde. As estratégias culinárias contemporâneas serão abordadas mais profundamente no próximo capítulo.

Em suma, o comer cotidiano se traduz em um grande conflito para as entrevistadas, um exercício que oscila entre o controle e o descontrole a todo o momento. As entrevistadas procuram encontrar uma explicação do porquê sentir fome associando a ansiedade, nervosismo, vontade de comer. O comer aparece como uma transgressão, uma extrapolação que gera sentimentos de

culpa e vergonha de si. A vontade de comer não silencia no corpo e elas procuram ludibriar tais sensações com o "esquecimento", o dormir, dentre outras. A manutenção do estômago vazio por longo tempo se configura em um ato heróico e de resistência. Dalva e Carla ainda comentaram de uma forma risonha, uma prática quase que diária que elas mantêm. Elas conversam na escadaria que interliga as duas residências pela manhã, antes de tomar o desjejum com o intuito de se "distraírem" e adiar a refeição. Vejamos então em seguida os momentos em que decidem fazer dieta.

A dieta restritiva

Além destas tentativas de controle alimentar no cotidiano, há inúmeros períodos de dietas rígidas de alta restrição calórica. Estas dietas comumente chamadas de "dietas da moda" têm sido altamente condenadas pelos discursos científicos e profissionais e estes, por sua vez, vêm construindo um novo conceito de controle alimentar que será tratada no próximo item. São inúmeras dietas que circulam pelos meios de comunicação e nos círculos de amizade. Contudo, vale lembrar que várias outras são criadas pelo próprio indivíduo no seu cotidiano, adaptando, readaptando, construindo e reconstruindo de acordo com as condições de possibilidades que dispõem e as suas necessidades e vontades.

De acordo com as falas, o padrão alimentar básico de referência para o almoço em um período de "dieta" foi frango grelhado, salada e arroz, se possível arroz integral. Coaduna com as imagens fotogênicas divulgadas pela mídia. Citados ainda foram: iogurte *light* como também pão integral e soja. Maria restringe-se a este padrão alimentar associado a um redutor de apetite, já também utilizado pelas demais em alguns momentos. Há a tentativa de comer salada todos os dias – a combinação frango grelhado com apenas salada parece ser um ícone. Tal estratégia visa proporcionar uma perda de peso rápida.

As entrevistadas tendem a começar a dieta em uma segunda feira – que pode ser ocasionada por uma "extrapolação" no final de semana com um 'pesar na consciência', mas também decidem quando sentem que "as gordurinhas estão extrapolando".

> Quando as gordurinhas estão extrapolando, eu decido: 'vou fazer...'. Às vezes bate: 'não vou almoçar não, vou só ficar na base da água ou do suco'. Se eu como dois pães, vou comer um só, aí fica na tentação de comer um outro. Daí, eu estou sempre

> procurando fazer alguma coisa, saio, volto novamente, ai como mais uma besteirinha. Eu passei essa semana assim, nessa dieta da minha maneira. Ai eu vejo que emagreci um pouquinho, ou que me sentindo bem comigo mesmo, aí pronto, volta tudo de novo (Dalva).

São períodos curtos, cerca de 8 a 15 dias, embora Maria tenha revelado já ter ficado entre um a dois meses em dieta. Contudo, não agüenta por muito tempo, fica nervosa e ansiosa e interrompe. A desistência é uma constante. Ela pode ser proporcionada por ver alguns resultados positivos no início e termina por "relaxar" um pouco, ou por não suportar a situação de fome e a dificuldade em resistir às "tentações" alimentares – em casa, no final de semana ou algum evento social; ou ainda por "enjoar" já que se trata de uma dieta monótona e fora do habitual: "Eu não consigo fazer assim um mês, eu faço assim oito dias, quinze dias porque enjoa, comida de dieta enjoa, você ficar mantendo assim frutas e verduras essas coisas assim" (Maria). Maria ainda lembra que ela sempre faz, mas sempre interrompe: "É, depois já não agüento mais, vou comendo tudo que vejo na frente", e acrescenta: "E eu não consigo fazer dieta porque eu fico nervosa, eu fico ansiosa demais, acho que é o costume de comer muito".

Carla quando decide fazer uma dieta e assim que sente os primeiros resultados, acha que melhorou, imediatamente retorna a comer tudo novamente:

> Eu consigo, a partir de hoje, 'eu vou fazer uma dieta'. Eu levantei de manhã, comprei maça, comprei abacaxi, comprei iogurte natural sem nada mesmo, o *light*. Levanto de manhã como uma fruta, aí quando dá, assim, antes de meio-dia, eu tomo suco sem açúcar de fruta mesmo. Quando chega meio-dia ou eu como só a salada, ou então eu boto assim a salada e um pedaço de frango, o frango grelhado. Quando chega no intervalo assim da tarde, aí eu às vezes tomo uma salada de frutas e quando chega à noite eu tomo um suco (Carla).

Neste pequeno extrato pode-se observar que a partir da decisão, uma série de operações precisa ser realizada: a compra de gêneros alimentícios apropriados, as decisões do que comer, como compor a dieta da melhor forma possível para que ela tenha efeito, descobrir novas preparações e, fundamentalmente, traçar estratégias e táticas para contornar a monotonia alimentar e a fome. Veja o que acontece com Carla na continuação do seu relato sobre quando chega à noite no primeiro dia da dieta e na semana conseguinte:

> O organismo sente muita falta daquela alimentação que eu estava tendo. Sente mesmo. Acho que a dieta depende muito da força de vontade porque a gente tem mal estar a depender. Se a gente comer uma coisa muito leve e for o dia todo lavar roupa, fazer essas coisas, a gente sente, fica aquele negócio martelando na cabeça a tentação fica ali (...). Quando chega na outra semana, se a gente não vê a tentação dentro de casa, que é difícil, se a gente manter fazer e não achar alguém que acompanhe dentro de casa, a pessoa comer aquilo, para eu fazer não adianta não: 'Não, agora vou parar, vou voltar a uma alimentação diferente', mas sempre controlada (Carla).

Tais práticas alimentares que centram na dieta a forma de emagrecer não desconhecem as propostas de reeducação alimentar veiculadas atualmente: "É eu acho que eu comendo menos, como dizem: 'não pode passar fome', não deve passar fome tem que comer de tudo, tudo pouco, mas da minha maneira acho que eu não comendo é que eu vou emagrecer" (Dalva). Carla também afirmou conhecer tais recomendações, mas que "na cabeça dela não funcionava". A lógica utilizada era comer o menos possível, seria melhor inclusive não realizando alguns refeições, ou seja, adiar ao máximo o contato com a comida, comer apenas no limite e suprimindo refeições. É uma prática corrente particularmente quando se trata do jantar. As entrevistadas também reconhecem os "prejuízos" que estão veiculados sobre esta prática.

O uso dos inibidores do apetite não foi investigado neste estudo, apesar da sua grande importância para a compreensão destes fenômenos. É difícil de avaliar a magnitude desta prática pela diversidade de opções e por ser uma prática velada. Há um arsenal de chás, *shakes*, medicamentos e fórmulas a serviço do emagrecimento e a disposição da sociedade juntamente com um debate sobre o seu uso, sua eficácia e as conseqüências da utilização.

As três entrevistadas já tiveram experiência com inibidores do apetite. Maria conta que a sobrinha de seu marido que tomava uma fórmula para emagrecimento conseguiu uma receita para ela. No entanto, ela relata que o medicamento a deixava mais nervosa, ansiosa e com insônia. Ela então conseguiu uma outra receita prescrita de tranqüilizantes. É comum a prescrição de tranqüilizantes e antidepressivos associados a alguns tipos de medicamentos para o emagrecimento. Interessante marcar relação entre a regulação do comer, com a depressão e a ansiedade, que são doenças emblemáticas da modernidade. Maria, como afirma que faria tudo para emagrecer menos passar fome, assegura que utilizaria os medicamentos

novamente se ela pudesse, se conseguisse arranjar outra receita. No entanto, ela mesma observa que as próprias instruções do medicamento que utilizou chamavam a atenção para o uso muito prolongado e a possibilidade de causar dependência. Mesmo assim, ela pretendia retomar.

Em suma, esta alternância entre o descontrole e a dieta restritiva é o principal marco deste grupo. Contudo, deve-se considerar que, mesmo no período de descontrole, algumas mudanças têm sido realizadas, tal como a substituição de alguns gêneros por outros menos calóricos, além do esforço para reduzir o consumo de alimentos de uma forma geral. No período de restrição, a idéia de suportar a fome ao máximo, um culto ao estômago vazio é também marco característico.

Comer é um ato dramático para as entrevistadas associadas ao nervosismo, ansiedade dentre outras sensações cotidianas da vida contemporânea. Dalva revela que comer significa para ela um "refúgio":

> Comer para mim é uma necessidade que todo ser humano tem, ninguém vive sem comer e, de outro lado, para mim é o "refúgio das minhas preocupações", dos momentos mais dramáticos e difíceis para mim é um refúgio. Para mim se eu tiver um problema hoje e não conversar com ninguém, comer o dia todo para mim e como se tivesse desabafando, é mais ou menos assim às vezes (Dalva).

A compreensão do comer como um refúgio nos reporta a um conceito que emerge no século XXI que é o *comfort food*, já incluso desde 1997 no *Oxford English Dictionary* como alimentos que confortam ou produzem consolo, ou seja, qualquer alimento que esteja associado à infância ou a comida caseira. A idéia do alimento preparado de forma tradicional tendo uma dimensão nostálgica, ou um apelo sentimental, que nos faz lembrar Marcel Proust quando experimenta a *madeleine* (Proust, 1995). Todavia, há uma outra interpretação que considera *comfort food* qualquer alimento consumido pelos indivíduos freqüentemente em períodos de stress que evoca emoções positivas e é associado como relações sociais significativas. Carla também reflete sobre a sua concepção em relação ao comer:

> Comer para mim, a gente não deve comer até sentir a barriga cheia. A gente deve comer para combater o que a gente está sentindo, o que o organismo está pedindo. A gente está sentindo que o organismo está necessitando daquilo, mas a gente não deve comer assim para sentir que o estômago está cheio que não cabe mais... (Carla).

Esta mudança de conceito do que significa comer pode nos remeter a uma análise em um cenário mais amplo. Freitas (2003), estudando os significados e valores simbólicos da fome, traz como uma das hipóteses do seu trabalho a idéia de que o sujeito inserido no seu meio social, mesmo para aqueles sujeitos que não se encontram mais em uma situação de fome, pode continuar a pensar e manter uma relação com o alimento como se fosse um faminto. O registro da experiência da fome encontra-se na memória coletiva das classes populares que são transformadas em sentidos que se apóiam numa cultura da fome.

Partindo desta hipótese, a noção de "comer até encher a barriga" ou "até sentir o estômago cheio" pode significar esta relação supracitada na qual o estômago se constitui uma espécie de reserva e não lugar de passagem do alimento necessário. Ou seja, comer o necessário, moderadamente, e não para fazer reservas no próprio corpo. Este é o comer desta modernidade tardia na virada para o século XXI.

Vale ressaltar que esta situação de anarquia alimentar experimentada vivenciada por este grupo, uma desestruturação das maneiras de comer que oscila entre as compulsões e as restrições extremas – restrição e excesso, ativismo e inatividade – faz parte do universo de um grande contingente dos sujeitos no planeta. É a cultura gastro-anômica conforme bem elaborou Fischler (1979; 2001). Dentre estas diversidades de condutas emerge na ciência um intenso processo de patologização do comer que vai desde as anorexias, bulimias, transtornos de compulsão alimentar episódica, síndrome do comer noturno, dentre outros.

Contudo, competindo com as fomes e os desejos alimentares, há também o desejo do controle como nos mostra Dalva: "A gente se sente bem até com a gente mesmo: 'não, eu comi pouco'", a consciência não vai pesar depois e é super bom você vê que você está provando que de alguma maneira está se controlando (Dalva).

O caso de Suzana: a bulimia e o descontrole extremo

Historicamente, a discussão sobre os transtornos alimentares é marcada pela predominância dos modelos etiológicos médico e/ou psicológico deixando à margem as questões socioculturais. Embora estas últimas sejam reconhecidas, elas são restritas basicamente a assinalar a opressão sofrida pelas mulheres pelos meios de comunicação, ou seja, a tirania da beleza. Além disso, ainda que reconheça que o problema atinge predominantemente o universo feminino,

as teorias de gênero são pouco consideradas como se a questão tratasse de um corpo neutro e não generificado (Bordo, 1993). Tais perspectivas têm sido revistas e a participação das ciências sociais traz novas considerações para as tentativas de compreender o fenômeno, como, por exemplo, reconhecer os diversos elementos que compõem o processo de ocidentalização e modernização, assim como o impacto das mudanças sociais na identidade feminina e na relação das mulheres com o seu corpo (Morgan; Azevedo, 1998).

A bulimia nervosa tem sido definida na literatura médica pelos episódios repetidos de compulsão alimentar, com ingestão excessiva de alimentos em um curto espaço de tempo, seguido por comportamentos purgativos. Difere da anorexia nervosa, caracterizada como um transtorno que consiste numa perda de peso voluntária e em um intenso temor da obesidade. Em relação aos dados epidemiológicos, estima-se que, em todo o mundo, cerca de 90% das pessoas portadoras de transtornos alimentares são mulheres jovens entre 14 a 18 anos, embora, hoje em dia, cada vez mais essa idade venha decrescendo perigosamente para meninas menores de 12 anos de idade (Ballone, 2003). Pertencem predominantemente às classes altas e médias, mas o fenômeno já está se disseminando para as demais classes sociais.

Bordo (1993) considera que os transtornos alimentares são fenômenos que estão associados à construção da feminilidade contemporânea. A autora caracteriza, por exemplo, a anorexia como uma caricatura do ideal contemporâneo da esbeltez exagerada para as mulheres. Representa, os transtornos alimentares, parte de um *continnum* a que praticamente todas as mulheres estão submetidas. A anorexia é um fenômeno do século XX, sócio-culturalmente situado, assim como a histeria o fora para o século XIX. Ambos os fenômenos possuem características similares, como a sua incidência, que é desproporcionalmente maior entre as mulheres, particularmente das classes mais elevadas das sociedades avançadas industrialmente.

Estas patologias surgem da própria condição feminina vivenciada na época. A autora destaca um "confronto" de valores: de um lado, a manutenção das concepções domésticas de feminilidade, com a divisão sexual do trabalho e a mulher como chefe emocional e nutriz dos membros da família – e não de si mesma; e, de outro lado, à medida que penetram em áreas profissionais anteriormente masculinas, as mulheres também precisam aprender a incorporar a linguagem e os valores "masculinos" deste âmbito – autocontrole, determinação, disciplina emocional, domínio. A recusa do alimento, a perda de peso, os

exercícios físicos extenuantes e a habilidade de tolerar a dor corporal e a exaustão têm se tornado metáforas culturais para a autodeterminação, determinação e força moral (Bordo, 1993). A autora ainda considera que a experiência da fome da mulher com anorexia é vista como um alienígena que as invade. A magreza, segundo ela, é também vista como um triunfo da determinação do corpo, associando o corpo magro pureza absoluta, a hiperintelectualidade, como também a transcendência da matéria (Bordo, 1993).

Se a anorexia representa o controle extremo, a bulimia se situará no outro extremo, o da falta de controle alimentar. Fischler (2001) irá associá-la com a "gastro-anomia" ligada a uma autonomização, uma individualização extrema das condutas alimentares. A bulimia nervosa foi descrita pela primeira vez em 1979 e a sua prevalência é estimada em 1% das mulheres jovens ocidentais. Apesar da baixa prevalência, a produção científica parece tratar o seu aumento como se fosse uma epidemia. Pode-se notar tal fenômeno através do crescente número de publicações sobre esta temática.

Longe de realizar um estudo de caso, observemos alguns traços da trajetória de Suzana para ilustrar o problema. No momento da entrevista, Suzana tinha 21 anos e estava em tratamento por conta da bulimia nervosa, problema que vivenciava há dois anos. Estudante universitária e oriunda de classe média, Suzana nunca teve problemas com o peso e, desde o início da adolescência, ela já tinha formas corporais harmonizadas sendo foco de comentários e elogios entre os amigos e na escola. Praticou sempre vários esportes na adolescência como natação, vôlei, judô, hipismo como também fez um pouco de balé.

Decidiu freqüentar academia aos 15 anos porque queria "ficar musculosa" embora afirme isso sem muita segurança. Entrar em uma academia é uma decisão pessoal, contudo, é inegável a existência de uma espécie de "indução coletiva" para a geração de adolescentes desta faixa etária. Assim, Suzana começou a freqüentar uma academia de ginástica que despertou cada vez mais o seu interesse pela modelagem corporal. O seu propósito era "melhorar o que tinha" de acordo com os padrões de referência contemporâneos e a sua busca pela perfeição foi incessante. A vigília corporal era constante não tolerando "nenhuma" gordura corpórea. Em um dado momento começou o "stress" com a alimentação:

> Por que eu estou engordando? Eu estou malhando, estou engordando? Aí fui cortando as coisas assim: eu comia dois pães à noite, fruta, biscoito, chocolate e tudo, nunca me preocupei, nunca

> fui gorda, (...) eu não sabia como fazer dieta sabe? Às vezes eu deixava de comer, mas até então não tinha stress. Podia muito bem passar a manhã inteira sem comer e não sentir nada assim. Eu tinha fome, lógico, mas não era nada que deixasse minha cabeça assim. Só que chegou uma época que eu fiquei tão fissurada, tão alucinada, que eu comecei. Eu já cheguei a passar uma semana a base de refresco *light* e folha de alface só. Malhando e fazendo tudo, malhando duas horas e comendo pãozinho integral de manhã e no resto mais nada, a folha de alface só. Ai eu emagrecia três quilos em cinco dias (Suzana).

Vale ressaltar que estes momentos de "fissura" sempre foram conectados com as suas relações de sucessos e fracassos no campo amoroso, que delineavam a sua relação com o corpo e com a comida. Suzana foi se habituando a tal rotina e foi radicalizando nos "cortes" estabelecendo ela mesma a sua taxionomia do permitido e do proibido. Ela própria foi construindo a sua rotina alimentar e também foi radicalizando nos sentimentos de culpa quando fugia do padrão que se impôs. Revelava que se sentia bem sem comer, satisfazendo-se por estar fazendo regime e com os resultados que estariam por vir, com bastante determinação:

> No princípio eu me sentia bem: 'pô estou fazendo regime, beleza, eu sei que vou emagrecer então estou ótima!' Passando fome, me achando massa. Tinha horas que desesperava assim, ficava com fome normal, mas me sentia bem. Aí falei: 'beleza! Vou emagrecer e vou até o fim. Depois que eu emagrecer, eu volto a comer'. Sempre ficava marcando: 'vou voltar a comer maneirando (Suzana).

Suzana trabalhava em cima de resultados para momentos pontuais, um show, uma viagem em que a exibição do seu corpo a impulsionava a esta condição alimentar com tamanha determinação que não conseguia identificá-la como um sacrifício. A sua determinação vencia a sua sensação de fome. Ela já realizou múltiplas dietas desde quando começou a se preocupar com o alimento. Revelou ter feito todas as dietas possíveis, utilizou laxativos, embora afirma nunca ter utilizado medicamentos para emagrecer. Em um dado momento começou o descontrole com a alta restrição. Foi uma época que ela deixou de fazer atividade física e a relação com a comida ficou assim mais ainda problemática.

Suzana vivenciava o que Lipovestky (2000) chamaria de uma anarquia alimentar, ou uma cultura gastro-anômica para Fischler (2001), representando assim uma progressiva desestruturação das maneiras de comer, oscilando entre

as compulsões e as restrições extremas. De fato, tal comportamento não difere em essência das demais entrevistadas conforme visto anteriormente. Parece diferir mais na intensidade, evidentemente, guardando as respectivas singularidades. Suzana progride para um pólo mais extremo – o pólo do *continuum* delineado por Susan Bordo -, afastando-se da "norma" e se situando no campo patológico, de acordo com os atuais critérios científicos.

O controle da fome estava associado a provocar o seu esquecimento: "Para esquecer a fome, preenchia o tempo com outras coisas, estando em casa, fumava um cigarro". Suzana começou a conviver com a fome no seu cotidiano. Ela ainda associa o seu hábito de comer em demasia ao farto abastecimento alimentar em seu domicílio. Na sua casa "tudo é muito farto". Conflitos familiares foram desencadeados, pois não conseguia se controlar frente à fartura. Solicitava que os seus familiares escondessem os alimentos para que não os vissem e não os desejassem. Todavia, nos momentos de crise, tentava encontrá-los de uma forma "desesperada", como relata, e comia tudo compulsivamente e depois provocava vômitos. Suzana começa a perceber que um problema se instala já seguido dos episódios de vômitos:

> Eu comecei a ficar depressiva e comecei a me sentir mal, a ter dor física mesmo, gastrite, umas dores horríveis assim de crise de estômago doendo. Eu não conseguia malhar, não conseguia fazer nada, ficava estressada, acabava comendo mais. Toda vez que eu sentia dor, eu começava a comer, passava a dor, enchia a barriga e sei lá. Eu fui ao médico ele disse que minha gastrite era psicológica (...) Algumas vezes é que chegava num estágio de passar tão mal, eu tinha que vomitar para dar uma ajudazinha assim sabe? Mas outras não, outras vezes, eu ficava lá tentando mesmo, botando o dedo na goela para poder... Conheço várias pessoas que fazem isso, mas a maioria não assume, a maioria num diz que não, que não é assim (Suzana).

Suzana em sua entrevista associa o seu problema a uma carência afetiva sempre desencadeada quando os seus relacionamentos estavam em crise:

> Não suportava ver a cara dele...acho que talvez carência, mas não sei. Mas aí comecei a comer, comer, comer comecei a vomitar: 'ah! Não espera ai, eu vou botar para fora', e dói! Comecei a vomitar e passei uma época muito assim vomitando, comendo e vomitando, eu comecei a me sentir péssima com isso. Eu acho que comecei a entrar num processo de depressão...(Suzana).

Considera ter tido sorte de ter identificado o problema, e apresentou algumas queixas, pelo fato de sua mãe não ter percebido. Resolveu seguir um tratamento que envolve sessões de psiquiatria e a utilização de antidepressivos. Suzana também se sente apoiada por seu novo namorado. Um fator que foi crucial para desencadear uma reflexão sobre as suas práticas foi um acidente que levou à morte o seu irmão de 19 anos. Suzana passou a se preocupar mais com outras coisas como, por exemplo, o seu bem estar, estar com a família.

> Hoje em dia, é isso. Eu comecei a me preocupar mais com o futuro porque antes era uma coisa meio imediata, 'pô, não tem comer nada!, tem que estar magra tal dia!', aí depois comia, comia, 'ah! Amanhã não vou comer sabe?' Hoje em dia eu penso: 'meu Deus, eu não posso viver assim desse jeito!', eu estava em depressão acho muito por causa disso sabe? Hoje em dia adoro ganhar chocolate eu estou mais... relaxando, pô! eu tenho que comer para viver não é?...vou viver a minha vida toda comendo tudo, estou me sentindo feliz com isso. Eu estou voltando a comer normal, à noite eu pego leve, ai dá para manter, posso comer meu chocolatinho depois do almoço qual o problema sabe? Estou relaxando, não posso viver sem isso, isso é vida também comer (Suzana).

Entendendo que a vida também é comer, que "hoje eu posso me dar o direito de comer tudo o que eu quero!", Suzana vai estabelecendo uma nova relação com a comida. Ela ainda se considera em fase de recuperação, mas revelou se sentir bem melhor, entendendo que o problema está ficando para trás.

> Foi uma fase da minha vida. Foi uma coisa muito marcante minha vida, foi muito tempo assim. Eu não sei se me livrei ainda não, mas acho que estou melhorando. Tenho minhas crises de novo assim, chega o fim de semana eu fico em casa, começo a comer, começo a sentir mal porque comi muito, mas já estou meio que deixando para lá. Não estou mais tão preocupada, porque antes se eu me pesasse, e olhasse na balança 60 quilos, eu pirava, eu acho que eu fechava a boca e não comia nunca mais (Suzana).

Teria muito a se discutir sobre a história de Suzana, contudo, correria o risco de desviar do escopo central deste trabalho. Resta-nos assinalar um sentimento de transgressão, impotência e angústia apresentada no seu relato, como também nas demais entrevistadas que compuseram este grupo. Os transtornos alimentares não

representam apenas desordens no metabolismo, mas também nas relações sociais, como bem ilustra o caso de Suzana que menciona "ter carências". Já Dalva, no decorrer da sua entrevista, pareceu enfrentar um conflito entre um modelo tradicional de mulher – mãe e dona de casa – e um modelo mais moderno, que possui o seu trabalho e uma independência financeira, tendo estes problemas refletidos na sua relação com a comida, que funcionava como um refúgio. Tais desordens são experimentadas no próprio corpo de uma forma anárquica e a comida se torna um dos grandes canais de expressão.

"Encontrei a verdade dentro de mim"

O presente grupo se caracteriza pelos indivíduos que realizaram ou estão em vias de realizar mudanças nas práticas alimentares. A principal referência que os entrevistados utilizam se identifica com a proposição da reeducação alimentar. Esta noção se dissemina na virada do século XX para o XXI, contrapondo a noção das dietas rígidas. Todavia, não existe até então uma clara fundamentação teórico-metodológica que a subsidie.

A principal mensagem da reeducação alimentar é emagrecer, de uma forma saudável e definitiva, através da adoção de novos hábitos alimentares. Estes novos hábitos prevêem uma dieta balanceada, equilibrada e natural, em que se pode "comer de tudo", sem grandes privações e sacrifícios, com prazer, sem abster-se ainda de uma vida social. Este é o discurso disseminado pela reeducação alimentar, conforme observou Santos (2003b). Para tanto, é necessário educar os desejos, a ansiedade e a compulsão para comer. Assim, o indivíduo poderá emagrecer e manter-se magro, melhorando a sua auto-estima, com a promessa de alcançar a felicidade e o prazer em viver entrando em harmonia com o seu corpo (Santos, 2002b).

A reeducação alimentar preconiza a flexibilidade na medida em que se tem a possibilidade de comer tudo que gosta não abrindo mão do prazer e, sobretudo, sem o risco de voltar a engordar. Introduz o conceito de "emagrecimento sustentável" contrapondo o chamado "efeito iôiô" para aqueles que vivem em dietas rígidas cíclicas. Assim sendo, emagrecer é um aprendizado. O próprio termo "reeducação" faz alusão a um "educar de novo", que pode ser interpretado como uma noção que parte do pressuposto de que os indivíduos não sabem comer, logo, precisam reaprender.

Desta maneira, a nova conduta alimentar é um resultado de uma aprendizagem que depende do próprio indivíduo, a aprendizagem do que comer, o quanto comer, como comer e quando comer, e ainda, principalmente aprender a ter autocontrole. Tem-se, portanto, uma ampliação da responsabilização do indivíduo. Ele é chamado para participar da construção cotidiana da sua dieta, ampliando o seu poder de decisão, diferente das "dietas prontas e rígidas". É o momento de fazer escolhas (Santos, 2003b).

A rigidez da dieta que parece ainda trazer marcas do imaginário mecanicista com sua excessivamente monotonia, repetitividade e pouca criatividade, confronta com a noção de flexibilidade. Sobre isso, Sant'Anna (2001), ressalta a valorização do espírito de iniciativa no mundo contemporâneo, abandonando os "sistemas hierárquicos fordistas em favor das estruturas leves e pouco autoritárias". No entanto, esta "nova leveza", complementa a autora, pode aumentar a insegurança material e psicológica dos trabalhadores, assim como a ansiedade. Ressalta ainda que "quando a norma não é mais fundada sobre a disciplina e a culpa, e sim sobre a responsabilidade e a iniciativa, aqueles que não conseguem ser responsáveis e ter iniciativa são considerados insuficientes" (Sant'Anna, 2001, p. 26).

A centralidade da reeducação alimentar está menos na dieta em si do que nas mudanças no comportamento alimentar, especialmente no controle da fome e do apetite. Este é um dos principais pontos diferenciais, pois, observando a composição das dietas, elas não diferem em si quanto aos princípios nutricionais vigentes: dietas de baixa caloria e baixo teor de gordura, especialmente nas gorduras saturadas e no colesterol estão mantidas, talvez mais enfatizadas. Os alimentos funcionais e a fitoterapia têm sido incorporados como estratégias alimentares de apoio na prevenção de doenças e auxílio no emagrecimento (Santos, 2002b).

Este grupo estudado se unifica por ter, de alguma forma, como horizonte a reeducação alimentar. Vale lembrar que a maioria dos sujeitos já havia experimentado por diversas vezes as tentativas de emagrecimento através das dietas rígidas, sem muito sucesso. Nos seus discursos, há uma idéia de que "encontrou o caminho certo" ou "encontrei a verdade dentro de mim". Observou-se em dois entrevistados esta perspectiva quase que "salvacionista", em que 'Deus colocou esta coisa boa no meu caminho que eu não conhecia, pois "antes eu pecava muito". Ou ainda, durante um relato do confronto

doméstico entre mãe e filha sobre o preparo das refeições, a filha relata que a mãe "ainda não encontrou a verdade dentro dela".

Iremos, em um primeiro momento, caracterizar as práticas alimentares tradicionais – ou seja, uma sistematização das singularidades destas práticas conduzidas pelos entrevistados anteriormente – e as práticas alimentares modernas que estão em curso em diferentes graus. Em seguida, após este quadro, iremos verificar as mudanças de concepções em torno dos princípios do comer saudável e alguns aspectos de como tais mudanças foram realizadas, suas dificuldades e limitações bem como as estratégias utilizadas para superá-las.

As práticas alimentares tradicionais

As entrevistas forneceram algumas informações que possibilitaram delinear as práticas alimentares desenvolvidas antes do processo de mudança. Vale ressaltar que este desenho também é válido para os demais grupos, exceto os dos que "sempre cuidaram da alimentação". No que concerne à estrutura das refeições, essas eram marcadas pelas principais características:

- Em relação à distribuição das refeições ao longo da jornada, a análise das entrevistas indicou que o modelo de três refeições por dia era a referência: café da manhã, almoço e jantar. No entanto, os seus horários nem sempre eram respeitados. A prática de "saltar" refeições, aliada também ao "comer fora de hora" foram recorrentes. É o "não ter hora para comer" que engloba pequenas refeições e lanches ao longo do dia, o que foi caracterizado por um dos entrevistados como uma "alimentação desordenada".
- Quanto à composição das refeições, os entrevistados caracterizaram suas práticas alimentares anteriores como "pesadas": Nas refeições principais, o feijão e a farinha foram algumas vezes indicados como responsáveis por esta qualificação. Houve quem indicasse comer feijão nas três refeições principais. Uma ênfase ao "comer pesado à noite" foi freqüente.
- Ainda na composição das refeições, os lanches eram também considerados "pesados", à base de frituras tais como: coxinhas, quibes e pastéis, salgadinhos, sanduíches, batata frita, cachorro quente, dentre inúmeros outros citados, acompanhados geralmente por refrigerantes. Os lanches são, de um modo geral, consumidos na rua, em bares, cantinas e lanchonetes ou mesmo junto aos vendedores ambulantes, sem horários para consumi-

los. Houve também, especialmente para os que não trabalhavam – donas de casa, por exemplo –, os lanches consumidos em casa a toda hora.

- Os finais de semana foram caracterizados pelo consumo de bebidas alcoólicas e refeições também classificadas como "pesadas" compostas por preparações como churrasco, feijoada, rabada, sarapatel, dobradinha, acarajés, moquecas, cozido, dentre outras mencionadas. Tais refeições compõem a refeição de domingo em família ou eventos sociais nos finais de semana. Destaque também para o que estaremos aqui chamando de comida de praia, comuns nos finais de semana: peixe e frutos do mar geralmente fritos, acarajés, arrumadinho, também acompanhados por bebidas alcoólicas.

O padrão alimentar observado para a maioria dos entrevistados tem como referência o padrão tradicional: foi a já referida três refeições por dia com o clássico café da manhã composto basicamente por café com leite e pão com manteiga, mas há ainda uma marca, embora pouco expressiva, da presença de raízes – inhame, aipim, como também banana da terra cozida, fruto de uma tradição afro – indígena, especialmente nas classes populares. No almoço perdura o feijão e arroz acrescido de farinha de mandioca, acompanhando a carne bovina, o frango ou o peixe, sendo este último em bem menor proporção. No jantar pode ser similar ao almoço, sendo em muitos momentos um pouco mais leve – retirando o feijão e /ou a farinha, por exemplo –, o consumo de sopas ou ainda algo bastante característico do local que é a repetição do café da manhã: café com leite e pão, uma raiz ou cuscuz.

Neste padrão tradicional algumas inovações foram acrescidas como, por exemplo, a lasanha que entrou nas últimas décadas para dividir espaço com as feijoadas de domingo, alcançando a mesa das classes populares; ou a entrada do macarrão que parece muito mais complementar o prato do que competir com o arroz: a fórmula feijão, arroz, macarrão e farinha que compõe uma "mistura" que é familiar ao paladar, especialmente das camadas populares. Observou-se a restrição do consumo das frutas e verduras, as saladas não são consumidas diariamente. Tais aspectos, as nuances, permanências e mutações deste padrão alimentar, serão mais bem discutidos no próximo capítulo.

Dois aspectos sobre estas práticas alimentares delineadas que emergiram dos discursos merecem destaque: a "alimentação desordenada" e a noção do "comer sem pensar". No que tange ao primeiro aspecto, destaca-se a sua consonância com a discussão sobre a desestruturação das práticas alimentares.

Tal discussão toma visibilidade em 1979 com a publicação do artigo de Claude Fischler "*Gastro-nomie et gastro-anomie*", na Revista *Communications* no qual o autor aponta que as refeições de um modelo tradicional estavam em vias de desaparecer nos Estados Unidos. Em 1990, o referido autor prossegue a sua tese sobre o que hoje chama de desestruturação dos hábitos alimentares e das refeições tradicionais cuja regularidade e composição parecem evoluir para uma concepção mais flexível no que tange aos horários, a simplificação das refeições, com a individualização do comer, dentre outros aspectos (Fischler, 2001). Por conseguinte, aumenta a prática da *grignotage*, como os franceses chamam, ou *snacking* para os de língua inglesa. Tais mudanças foram associadas às modificações no que tange ao trabalho feminino, o desenvolvimento da urbanização, a industrialização da cadeia alimentar que reduz o peso da alimentação nas tarefas domésticas dentre outros aspectos.

Todavia, a tese da desestruturação das práticas alimentares é contestada por alguns estudiosos indicando não haver dados que comprove tal teoria, baseando-se apenas em dados sobre a realidade nos Estados Unidos e ainda a sua tentativa generalizante que pode desconsiderar as diversidades sociais, conforme sistematizou Poulain (2002).

Com base nesta teoria, o que poderíamos proferir sobre o padrão delineado dos entrevistados? Primeiro, é importante ressaltar que a presente pesquisa tem menos o objetivo de constatar tal processo do que problematizá-lo, haja vista que os dados produzidos não fornecem elementos suficientes para alguma conclusão de fato. Contudo, é interessante notar a recorrência da alimentação desordenada, o "comer toda hora", "saltar refeições" que são práticas típicas deste contexto moderno. Por outro lado, pareceu haver uma ratificação do modelo alimentar baseado em três refeições. Em estudo epidemiológico realizado em Salvador, identificou que 74,0% da população estudada concentrava a maior quantidade de alimentos no almoço seguida pelo jantar (11,2%) (Assis e outras, 2003).

É bom lembrar que este modelo alimentar tradicional, baseado em três refeições ao dia, que era até recentemente visto como o mais apropriado aos ritmos fisiológicos do homem, é uma visão etnocêntrica e historiocêntrica, conforme lembra Poulain (2002). O referido autor lembra que este modelo, assim como os seus horários estabelecidos – uma refeição pela manhã, outra ao meio dia e a última à noite -, só vem emergir para a sociedade francesa a partir do século XIX e é imposto como norma alimentar generalizada para

todas as classes sociais no século XX. Lembremos ainda que é neste período que o trabalho assalariado industrial se configura no cenário internacional.

Poulain (2002) ainda atribui esta passagem de uma alimentação fortemente diversificada para um modelo alimentar único imposto ao conjunto da sociedade francesa como uma conseqüência de três mecanismos: o processo de distinção social; o mito da igualdade advindo da Revolução Francesa e o crescimento das instituições como a escola, exército e o hospital que irão assegurar uma função de homogeneização e difusão do modelo alimentar nacional em termos de disciplinas e regulamentação dos horários, e regras sobre o controle dos corpos.

Tal modelo também é vigente no Brasil. Os entrevistados têm no seu horizonte o modelo de três refeições que é referendado quando eles afirmam "comer fora de hora" como se fosse um ato transgressivo à norma. Poulain (2002) já havia salientado em seu estudo sobre as práticas alimentares na sociedade francesa, a dificuldade metodológica de denominar as refeições fora de hora, pois nenhuma das terminologias utilizada correntemente na língua francesa é capaz de traduzir a grande diversidade destes tipos de comer. Na cultura brasileira há diferentes termos utilizados como os termos "lanchar", "merendar", "colação", que são mais aceitos pela norma, ou ainda "beliscar", "fazer uma boquinha", no seu gênero mais popular, que possuem uma conotação mais negativa e transgressiva.

Os entrevistados atribuíram várias denominações para estas refeições fora de hora tais como "comer besteira", ou "comer muita porcalhada", como algo que tem que ser mudado, pois com o tempo "pode-se perceber o efeito da comida ruim". Para Pedro "comer besteira" significa "esse negócio que não tem nutrientes saudáveis". Porém, estas atribuições não se concentravam no comer fora de hora, mas também as refeições "pesadas" e "gordurosas", particularmente as consumidas nos finais de semana. Aos termos "besteira" e "porcaria" é atribuído uma espécie de contraposição ao "alimento saudável" dentro de uma concepção de influência higienista. Por outro lado, "besteira" também teve uma conotação positiva relacionada a lanches leves de baixa caloria: "comer uma besteirinha". Vale lembrar que não são todas as sociedades que mantêm conotações negativas para as refeições fora de hora a exemplo da sociedade vietnamita que geralmente come durante todo o dia para "se divertir" (Poulain, 2002).

No que tange ao segundo aspecto, "comer sem pensar", os discursos confluem para uma espécie de "não atenção" para o que come. Marta declara que antes dos 30 anos, não se preocupava com o que estava comendo, comia de tudo, e depois dos 30, sentiu a necessidade de "dar uma segurada". Outras expressões como "antes eu comia e não selecionava nada" fornece a idéia do comer de acordo com a vontade, uma prática não reflexiva. Alguns mais radicais na mudança como Virgínia afirma que comia "por olho grande mesmo, era aquele costume de comer à noite, você não está com fome, você está empanzinada, você está cheia de alimento, mas você come por causa do padrão, você era acostumada a comer à noite".

É importante ressaltar que esta visão desqualificante das práticas alimentares anteriores são feitas por sujeitos que já as modificaram e estão relativamente satisfeitos com ela. Pensar no comer sem reflexão não significa que as práticas alimentares anteriores não foram pensadas no âmbito coletivo. Em verdade, o comer sempre foi objeto de reflexão ao longo da história e as práticas alimentares vigentes resultam de uma produção humana, ainda que sejam consideradas como não mais operacionais aos olhos da ciência para o contexto atual.

As práticas alimentares modernas

Sobre as práticas alimentares que estão sendo ou já foram instituídas no cotidiano dos entrevistados, dois pontos são centrais: o ordenamento das refeições ao longo da jornada e a recomposição das refeições, sendo esta última um complexo jogo de inclusão, exclusão, re-inclusão, redução ou ampliação do consumo de determinadas preparações ou gêneros alimentícios. Seguem algumas das principais características:

- Um dos primeiros aspectos revelado pelos entrevistados é a questão dos horários. O respeito aos horários das refeições principais e a inclusão de mais duas refeições – comer mais vezes em menos quantidade – é uma das primeiras alterações a ser feita. Para tal, é importante controlar os lanches, substituindo-os por frutas ou uma "coisa boba", ou uma "besteira", por vezes, designado pelo diminutivo.
- Nas principais refeições, as modificações estão na redução da quantidade do que se come, na ampliação da qualidade dos gêneros envolvidos – preferência pelos menos calóricos e menos lipídicos -, e procurando também ampliar o consumo de outros gêneros, a exemplo das frutas e verduras. Vê-se, por exemplo, a inclusão

de frutas no café da manhã e controle do consumo de manteiga, por vezes, a inclusão de cereais. No almoço, a inclusão de saladas – que parece ser um dos itens mais difíceis; e a redução dos alimentos mais calóricos. Aí reside um jogo de novas combinações: exclusão e/ou redução do consumo de itens,- por exemplo, em não comer arroz e macarrão juntos, se comer feijão não comer arroz ou não comer farinha; ou redução do número de vezes do consumo de alguns itens durante a semana como, por exemplo, o feijão.

- Atenção especial é dada ao jantar, por vezes excluído, substituindo-o por frutas ou sopas ou ainda café com leite e um sanduíche ou raízes. Freqüentemente, ele é reduzido em termos quantitativos e a idéia da exclusão do feijão e da farinha de mandioca é forte: "comer feijão à noite" é uma prática que é quase unânime como "não saudável".
- Há também a substituição de itens em geral como, por exemplo: adoçante no lugar do açúcar, a margarina no lugar da manteiga, preferência por peixes ou frangos no lugar da carne vermelha, alimentos integrais no lugar dos processados, sucos no lugar dos refrigerantes, dentre outros. Existe de fato toda uma posição hierárquica entre os alimentos classificados de acordo com a classificação do saudável e não saudável ou do que é mais saudável do que outro.
- Há a ampliação do consumo de determinados itens ou inclusão de novos: as frutas como campeãs, especialmente maça e abacaxi, aliadas da combinação peixe e verduras, como ainda dos grelhados e iogurte, queijo branco e queijo de minas, pão integral, leite de soja. Têm-se ainda os cereais, barra de cereais; inclusão de saladas – alguns não todos os dias "para não enjoar". Ainda tem, para alguns praticantes de atividade física, o guaraná em pó, suplementos nutricionais, açaí, sanduíche natural, os produtos desnatados e os *light* e *diet*. Re-inclusão de alguns itens que não foram totalmente perdidos com as raízes: inhames, banana da terra, batata doce e fruta pão, polpa de frutas, granola, aveia e mel, água de coco, estão sendo reinterpretados.
- As mudanças na forma de preparação das refeições é um outro item que vai desde o pré-preparo dos gêneros – a utilização do frango sem pele, por exemplo – às práticas culinárias: as frituras são substituídas pelos assados e grelhados, ou ainda o alimento cozido sem o uso da gordura: bife de caldo, arroz lavado, exclusão ou diminuição de alguns itens de certas preparações como a feijoada, a preparação mais citada. É o triângulo doce-fritura-refrigerante ou frituras-gordura-sal; contrapondo o triângulo salada-grelhado-fruta.

- Nos finais de semana, há quem se sinta liberado para consumir – todavia, sempre com moderação – os pratos tradicionais, mas há quem até recuse a participação em determinados eventos para evitar compartilhar a comida.
- Por fim, houve também o corte ou redução das bebidas alcoólicas, particularmente para os homens, e o consumo de água sem limites.

A primeira observação a ser feita refere-se à construção de um novo padrão de distribuição das refeições ao longo do dia, aspecto disseminado pelas recentes recomendações como é o caso da reeducação alimentar. Refere-se a quatro ou seis refeições ao dia, estabelecendo a lógica do comer mais vezes em menor quantidade, mantendo o organismo sempre em funcionamento sem sobrecargas. Ou seja, a idéia é nunca ficar muito tempo sem se alimentar, para tal, é importante ter à disposição sempre algum alimento, desde que seja saudável, para este fim. Há toda uma construção científica que justifica esta conduta. Porém, poderíamos também interpretá-la como uma estratégia que se adapta melhor ao contexto atual das práticas alimentares procurando organizar o "comer fora de hora e a toda hora". Assim, flexibilizam-se as condutas recomendadas e os pequenos lanches são mais aceitos pela norma desde que a sua composição esteja apropriada.

Além da distribuição das refeições ao longo do dia, outros aspectos entram em jogo. Destacaremos três: o equilíbrio alimentar, a relação quantidade x qualidade, a moderação e os "cortes". Entretanto, antes é importante a ressalva que estes não são elementos novos nas disciplinas alimentares.

A noção de equilíbrio na alimentação, na sua interpretação atual, nos leva a refletir sobre a noção de equilíbrio e desequilíbrio que se instala na relação entre os homens e o seu meio natural. Tal reflexão avança sob a édige da sensibilidade ecológica à medida que a extensão planetária da modernidade se desenvolve nos últimos séculos da história mundial. A preocupação em relação aos rumos ecológicos, às vezes com um tom alarmista que impõe um repensar sobre o governo da natureza, passa pelo encontro do equilíbrio pessoal. O retorno à natureza, segundo Kaufmann (2005) é um dos paradoxos da modernidade. Assim, o equilíbrio da dieta vai também de encontro ao desejo de re-equilibrar as relações entre o homem e o seu meio.

O dilema quantidade e qualidade trabalham concomitantemente. O discurso da qualidade não é novo - assim como não é o do equilíbrio. Com a invenção das ciências nutricionais, uma invenção anglo-americana do final do século XIX

tendo a descoberta dos macronutrientes como um marco importante, o discurso da qualidade para uma alimentação apropriada à saúde entra no cenário definindo os contornos de como pensamos hoje o comer. A má-nutrição das classes populares americana foi associada pelos nutricionistas reformadores como um problema de qualidade. Similar processo aconteceu no Brasil se olharmos para as políticas de alimentação e nutrição a partir dos anos 1930. Aos olhos dos cientistas da época, o problema alimentar residia na ignorância dos pobres, conotação que se modifica nos anos 1970, período de intensa movimentação política, com a vinculação alimentação-renda, sendo visto como um problema mais quantitativo. Os desnutridos eram desnutridos por que não comiam o suficiente e não porque não selecionavam bem o que comer. Agora, a partir dos anos 1990, o discurso da qualidade retoma, momento em que a desnutrição reduz significativamente, embora ainda seja importante (Santos, 2005).

No site "Emagrecendo", encontra-se uma definição do alimento de boa qualidade: 'um alimento de boa qualidade é um produto natural, em bom estado de conservação ou maturação, não contaminado por micro-organismos que possam ser prejudiciais para o homem (bactérias, vírus ou parasitas), liberto de substâncias químicas e hormonais, aprazível no aspecto, olfato e paladar. O próprio site reconhece que se trata de um conjunto de características nem sempre fácil de reunir nos dias de hoje. O termo qualidade está associado ao saudável. Ou melhor, tudo está associado ao saudável: para termos uma vida saudável, nós temos que ter uma alimentação saudável consumindo alimentos saudáveis para obter um peso saudável. Já no discurso governamental, o alimento saudável também estar associado ao resgate e/ou valorização de hábitos e práticas alimentares regionais inerentes ao consumo de alimentos locais de alto valor nutritivo, o baixo custo e a importância concedida às relações sabor, custo e acesso aos alimentos culturalmente aceitos e saudáveis (Pinheiro; Gentil, 2005).

Nos discursos, o jogo da moderação e do corte-restrição contrapõe a noção de "exagero". Os termos: corte, restrição, privação, redução, e "fechar a boca", estão presentes nos discursos assim como os termos seleção, moderação, balanceamento, troca, com ainda "se permitir", "se dá uma chance", "dar uma segurada". Todos convivem nos universos destes processos de mudança. A alimentação com moderação e a alimentação equilibrada são termos recorrentes. A moderação "é que nem bebida, tudo moderado eu aceito".

Embora os discursos oficiais sobre a reeducação alimentar evitem utilizar os termos que indiquem proibição à idéia do cortar é muito freqüente: cortar

alimentos, cortar gordura, cortar o sal, cortar os excessos. Os discursos oficiais utilizam inúmeras formas imperativas: “consuma o mínimo possível”, “evitar”, “preferir”, “substituir”, “consuma moderadamente”, “consuma esporadicamente”, “consuma ocasionalmente”, “reduza”, dentre outros, que apontam a idéia de flexibilidade evitando a polaridade proibido x permitido. Contudo, tal proposição não parece fazer parte muito claramente nas práticas cotidianas de muitos entrevistados.

Em termos gerais, os entrevistados deste grupo se mostraram, em diferentes graus, satisfeitos com as mudanças alimentares, contudo, tais esperanças positivas não excluem inquietudes, incertezas e retornos, dentre outros. O grande desafio é garantir a instituição destas práticas de forma definitiva no cotidiano, com uma redução máxima dos conflitos que as mesmas aportam consigo. Neste universo, são inúmeras as estratégias singulares para garantir tal objetivo. Inicialmente, o primeiro desafio é eleger tais mudanças como uma prioridade em suas vidas. Uma decisão que enfrentará os desafios concretos de colocá-las no seio das práticas cotidianas. Alguns entrevistados optaram por mudanças radicais, outros preferem instituir tais mudanças de forma paulatina.

O processo adaptativo inicial não é fácil. Alberto destaca uma recaída logo na primeira semana na qual manteve a dieta de segunda a quinta, mas na sexta feira comeu de tudo e se questiona mostrando arrependimento: “rapaz, porque está fazendo isso?”. Avaliou as perdas e ganhos: “leva cinco dias para perder um quilo e rapidamente ganha dois...”:

> Na primeira semana, eu comecei a comer segunda, terça, quarta, quinta na sexta-feira eu comi foi tudo. Depois você olha assim: ‘Eh Rapaz! Porque eu estou fazendo isso? Você come, come, come, chega na segunda-feira quando você vê está dois quilos a mais!’. Quer dizer, você leva duas semanas para perder dois, um quilo e um dia, dois dias você ganhou aquilo que você levou uma semana quase, o dobro, porque para perder um quilo leva três, quatro, cinco dias para perder um quilo e um dia ganhei dois quilos. Então o que foi que eu fiz: é fechar a boca mesmo, quem manda sou eu (Alberto).

Observa-se aqui a busca de uma racionalidade que leva em conta o custo-benefício, para a tomada de decisão, ou melhor, para redirecionar os caminhos e justificar as ações que devem ser adotadas. Já Ronaldo preferiu adotar uma estratégia “menos agressiva” tentando alcançar aos poucos o que lhe foi recomendado. Hoje não come macarrão e arroz juntos, faz a opção por um

dos itens. A sua estratégia tem sido reduzir as quantidades, cortar alguns itens, ampliar o consumo de frutas, mas as verduras que é uma porção mais difícil por “não suportar”, deixou para um “futuro próximo”. Por seu turno, Marcela releva o quanto foi difícil, pois até pensou em desistir.

Marcela segue o seu discurso demonstrando a importância da visualização dos resultados como um estímulo para a manutenção das mudanças. E nada foi tão forte quanto a categoria da “força de vontade” para prosseguir.

Em suma, as mudanças se constituem em um complexo jogo de negociações que envolvem restrições, inclusões, exclusões e (re) inclusões. Elas possuem múltiplas variações e graus de implementação que vão desde pequenas restrições à mudança completa do hábito alimentar. Os indivíduos empenhados em mudar as suas práticas alimentares utilizam diversas estratégias para contornar estas dificuldades e criam dentro do seu micro-universo o que Kaufmann (2005) chama de *les petits arrangements.* Significa cada comensal criar a sua pequena classificação pessoal do que é bom e do que é mal, respeitando relativamente as grandes linhas diretrizes da sociedade que ele tem acesso neste mar de cacofonia alimentar. Usa, então, uma bricolagem cognitiva que seja rápida e operacional a ser utilizada no cotidiano.

Com a constante vigília para garantir a manutenção das práticas novas, administrando os conflitos nocionais sobre o que realmente seja a alimentação saudável, o limiar entre as razões e os desejos, o plano ideal e o possível, os sujeitos vão conduzindo as suas práticas entre a submissão e a subversão da ordem preconizada. Nesta tentativa de instituir a nova ordem, é importante frisar, que os indivíduos buscam, na medida do possível, a instituição de novos prazeres no lugar de apenas abdicar deles. Muitos convencem a si mesmos de que há um novo horizonte de prazeres e felicidade nas novas práticas preconizadas nas quais se pode tirar proveito. Para tal é preciso se informar, selecionar estas informações, reaprender a comer, se controlar frente às tentações cotidianas, e reconstruir um novo gosto e uma nova sensibilidade. Para alguns entrevistados, as práticas tradicionais já estão deveras distantes do seu eu a ponto de se referir com se já fossem estranhas a si mesmo. Tais condutas pareceram serem independentes em relação ao tempo que as mudanças foram instituídas e estão em vigência. Falaremos destes aspectos em seguida, mas abrangendo todo o universo empírico estudado que demonstraram o desejo de mudança.

Aspectos sobre os processos de mudancas das práticas alimentares

Neste item, iremos abordar com base nos discursos dos entrevistados, alguns aspectos concernentes ao processo de mudanças das práticas alimentares em direção a uma possível nova ordem alimentar. Primeiro, teceremos algumas considerações sobre a relação entre a dieta ideal e a dieta possível. Em seguida, partiremos para as fontes de informações que os sujeitos se apropriam para conceber as suas práticas e para as questões pertinentes ao processo de (re) aprendizagem alimentar, com base na noção de reeducação alimentar. Posteriormente, discutiremos como os indivíduos controlam as sensações de fome e os desejos alimentares e realizam uma espécie de reconstrução do gosto alimentar em torno do que chamaremos de gosto *light* que, por sua vez, implicará na construção de novas sensibilidades em relação ao comer e aos alimentos.

A dieta real e a dieta possível

As mudanças alimentares que os entrevistados procuraram desenvolver estavam apoiadas nas recomendações gerais sobre uma alimentação saudável preconizadas, principalmente, pelos discursos científicos, difundidos pelos discursos midiáticos e pelos profissionais de saúde.

A construção de uma dieta ideal universal que possa prevenir as doenças e prolongar a vida ao máximo sempre esteve historicamente no projeto da ciência moderna. Inúmeras dificuldades são impostas a este projeto para implementar nas suas vidas as novas proposições, não só do ponto de vista dos sujeitos, mas também do ponto de vista da própria ciência. Frente a isso, ao lado da dieta supostamente ideal recomendada, tem-se a dieta possível marcada por uma pluralidade de possibilidades que os sujeitos impõem nos seus cotidianos de acordo com cada singular realidade. Vale lembrar que estudos têm mostrado que há uma defasagem entre a dieta idealizada e a dieta real, mesmo para aqueles que possuem informações e conhecimentos sobre a dieta recomendada (Poulain, 2002). Kaufmann (2005) também se refere a este ponto através de constatações sobre a defasagem entre a opinião dos consumidores que se declaram bem informados sobre alimentação e as suas práticas reais, lembrando que as informações não são suficientes para retificar os comportamentos alimentares.

Para aqueles que assumem o discurso científico como referência, existe uma série de limites para a sua operacionalização. As condições de possibilidade existentes e as que podem ser construídas tais como os recursos material-financeiro-operacionais que garantirão o acesso aos alimentos, a infra-estrutura para a manutenção da dieta alimentar proposta, a apropriação dos conhecimentos necessários, como ainda, o que parece ser mais difícil, a adaptação às novas práticas que implica na recusa de suas práticas anteriores que foram construídas historicamente; são alguns dos desafios a serem enfrentados.

Para tanto, os indivíduos empenhados em mudar as suas práticas alimentares utilizam múltiplas estratégias para contornar estes obstáculos e criam dentro do seu micro-universo o que Faukmann (2005) chama de *les petits arrangements* a que nos referimos anteriormente. Nesta batalha, eles fazem o que é possível fazer: "a gente sempre tenta chegar o mais próximo do que a gente precisa". Roberto revela que "queria poder chegar e selecionar o que eu queria tudo dentro do meu, do que eu gosto mais de comer", seria então o desejo de usar a racionalidade não excluindo o prazer, tendo o critério do "saudável".

> Sinceramente, eu queria, vamos supor: abrir minha geladeira 'agora eu estou indo malhar então vou comer o quê aqui? Um pouco de proteína, tal, comer uma dúzia de banana aqui'. Vou malhar, volto, como minha macarronada com frango; vou para o trabalho, ou então malho de noite para ir dormir depois... Era assim que eu queria, poder chegar e selecionar o que eu queria tudo dentro do que eu gosto de comer mais (Roberto).

Roberto gostaria que a noção do "saudável" norteasse a sua prática alimentar desde que não anulasse os seus gostos e desejos alimentares. Ele espera que a escolha do saudável esteja presente no seu universo de desejos e sabores. O mesmo sentimento aparece para Lúcia que está em processo de mudança e diz: "eu quero tentar, dentro das coisas que eu goste, a ter uma alimentação melhor, mas não precisar chegar ao estágio de me *maltratar* com a alimentação". Lúcia sempre expressa a sua não disposição de "fazer sacrifícios". No entanto, Pedro pensa numa combinação de rigor, mas sem imposições do sabor:

> Eu pretendo ter uma dieta mais rigorosa que não precisasse restringir muitas coisas tipo impor, no sabor das coisas, passar para integral esse negócio, mas também que, por outro lado, me desse ou força física ou aumentasse massa magra ou que não me deixasse gordura, algo mas

> não tão restrito, não tão rigoroso. Eu não gosto de nada que prenda minha rotina. Mas quanto à dieta eu não tenho muito... Porque minha vida não é de comer muita coisa que me prejudique (Pedro).

Com tantas contraposições entre os desejos e as necessidades, resta para os indivíduos negociar, lançar mão do autocontrole, negociar consigo mesmo as possibilidades de prazeres e as tolerâncias, lançar mão do processo de aprendizagem de um novo gosto, o gosto *light*, e a recusa do gosto tradicional. Tal processo não deixa de ser permeado pela flexibilidade. A idéia de "se permitir", de "se dar uma chance", contudo, tem a ressalva, "com um certo domínio", é parte do cenário. Ilda exemplifica: "come chocolate, mas come menos". Flexibilidade, é bom lembrar, como uma categoria que vem sendo paulatinamente incorporada nas próprias recomendações legitimadas pelo discurso científico.

As soluções propostas sempre caem sobre este jogo de negociações consigo mesmo, seja para contornar as condições de possibilidade materiais, seja para contornar as questões mais subjetivas como a manutenção do prazer em comer, por exemplo. A relação custo-benefício, que ultrapassa o plano material, é avaliada por um conjunto de racionalidades, não apenas instrumentais, para a tomada de decisão em cada momento.

A cacofonia alimentar

Os entrevistados indicaram que as informações que utilizam para construir o seu arcabouço teórico-prático sobre as suas práticas alimentares são providas por múltiplas fontes: profissionais da academia de ginástica e da área de saúde como nutricionistas e médicos, as revistas periódicas especialmente as femininas, Internet, livros e manuais de medicina alternativa e alimentação natural, os guias do "vigilante do peso", como ainda informações que são oriundas dos próprios círculos de amizade. As únicas referências sobre a transmissão geracional do saber alimentar utilizado no mundo contemporâneo foram do grupo "eu sempre cuidei da minha alimentação".

O fórum de maior referência foi a mídia televisiva, especialmente os programas populares consagrados como o "Fantástico"– a expressão "deu no Fantástico" – e "Globo Repórter", programas de grande audiência produzidos pela Rede Globo, e que têm tido uma predileção por temas vinculados à saúde

e alimentação nas últimas décadas. No âmbito local, a principal referência citada foi o jornal *A Tarde*, de grande circulação na Região Nordeste.

Os meios de informação fazem circular uma multiplicidade de discursos sobre a alimentação, sejam eles os científicos, os publicitários, gastronômicos dentre outros que, conforme já aludido anteriormente, são discursos muitas vezes convergentes, mas por vezes conflitantes e que perfazem um jogo de relações de poder. Os sujeitos consumidores, leitores, pacientes, telespectadores, cidadãos, internautas estão diante de um processo discursivo que Fischler (2001) denominou de uma "cacofonia alimentar".

Algumas vezes, esta multiplicidade de discursos acaba assumindo um papel de um sujeito indeterminado: "a gente ouve falar uma coisa dali outra daqui..."; "falam muito sobre...". Todavia, eles são diferenciados e refletidos pelos sujeitos. As entrevistas mostraram críticas como também os conflitos existentes nas próprias informações. Ronaldo, por exemplo, faz uma crítica sobre a mídia, que foi, na verdade, uma crítica ao discurso publicitário sobre o emagrecimento.

> A mídia, ela dá muita ênfase a parte estética, oferece soluções mirabolantes que você pode perder peso em algumas semanas, em alguns dias, alcançar até a tal forma desejada em algumas semanas, mas a mídia é só isso (Ronaldo).

Logo em seguida, ele irá mostrar a sua opção pela referência do discurso médico. Entretanto, o discurso médico que é também difundido pela mídia, foi alvo de críticas pela sua instabilidade de recomendações como ressaltou Álvaro:

> É o seguinte, hoje eu corro todo dia, mas a gente ouve a matéria no Fantástico, falou uma vez: 'ah! O médico fulano de tal nos Estados unidos ou sei lá na Inglaterra em estudo há mais de dez anos viu que correr faz mal a saúde, então é melhor você caminhar do que correr'. Aí você para de correr vai caminhar, daqui a pouco cinco, seis anos depois aparece: 'oh! O correr é que é interessante, caminhar faz mal.. (Roberto).

Interessante notar o recurso de quem fala utilizado pela mídia: o médico dos Estados Unidos ou da Inglaterra – e pode-se acrescer pesquisador de determinada universidade – traz uma credibilidade na informação, assim como o "estudo há mais de dez anos" (ainda os termos "estudos mostram", "as pesquisas indicam", "um estudo inédito mostrou" ao mesmo tempo despersonaliza porque não se sabe quem estudou e personaliza do ponto de

vista coletivo, pois são estudos oriundos da comunidade científica, logo, confere legitimidade e confiabilidade).

Do ponto de vista dos sujeitos, existem alguns aspectos a ressaltar. Primeiro é que ter acesso às informações não significa necessariamente que as mesmas serão instrumentalizadas para as vidas dos sujeitos. Eles precisam estar ativamente interessados na temática para que estas informações façam sentido para si.

> Antes eu não me interessava, quando eu vejo qualquer reportagem sobre alimentação em revista, televisão, eu paro assim para ver, para assistir, lê. Também é tema que, aliás, assim porque a minha médica fornece assim muito material, muita coisa mesmo, muito folder, muitos cartazes, assim muitos livrinhos, chega alguma coisa nova, ela passa para mim, ela passa o endereço de *site* que tem receitinha...(Marcela).

O interesse pela temática irá redefinir a posição do sujeito frente à informação adotando posição mais ativa com diferentes níveis de escuta e de leitura, atitude de busca ativa da informação. Habilidades serão necessárias para garantir tal acúmulo, seja pesquisar na Internet, como faz Paulo e Suzana, seja comprar uma revista nas bancas de jornal que exibiu na capa uma matéria sobre o tema, como Carla, Maria e Sara, por exemplo, ou ainda tomar emprestado de um amigo.

Munido das informações selecionadas que são consideradas pertinentes ao seu eu, os sujeitos partem para uma etapa de experimentações, tentativas de ensaio e erro:

> Já fiz tantas coisas, já fiz tantas dietas imagináveis e possíveis, nada dessa coisa de revista tudo da minha cabeça. Porque sempre fui meio metida a nutricionista, olhava pela Internet pescava dali, pescava dali, ia ali por perto procurava tal, ai eu fui a nutricionistas também, mais ou menos a dieta que deu certo eu ia mais ou menos ajeitando, tirando coisas para ficar melhor ainda achando que ia ficar melhor (Suzana).

Aqui Suzana realiza uma bricolagem das informações criando a dieta "da sua própria cabeça". Por vezes, é necessário abandonar alguns instrumentos e eleger outros mais apropriados:

> Agora se você tem um pouco assim de força de vontade, aí você abandona tudo que a mídia está falando, procura a maneira que você pode se adequar a isso. Ou seja, procura uma avaliação médica, procura fazer as caminhadas, fazer algo que esteja dentro do seu alcance e que não seja a solução assim digamos mirabolante, mas que seja uma solução. Vá resolver o seu problema mesmo que seja em longo prazo (Ronaldo).

Em suma, os sujeitos elegem um conjunto de informações, fazem uma "bricolagem" de forma que eles possam obter uma certa coerência necessária para conduzir suas ações pautadas em um referencial mais ou menos confiável. Caso contrário, como lembra Kaufmann (2005), uma fadiga mental e uma desorganização se instalará no seu cotidiano. O objetivo do comensal não é definir categorias intelectualmente perfeitas. Ao contrário, ele procura continuamente a refletir o menos possível sobre o cotidiano básico, diminuir a pressão mental, para que a vida seja mais fácil. Neste contexto, as concepções mágicas não serão abandonadas conforme esperado pela racionalidade científica.

Paradoxalmente, a própria ciência é repleta destas concepções mágicas. Os seus preceitos são disseminados rapidamente, mesmo que seus resultados investigativos não sejam suficientemente convincentes para a própria comunidade científica. A sua disseminação não é realizada apenas por seus precursores, os profissionais de saúde. O discurso publicitário produzido pela indústria de alimentos também os utiliza como forma de ampliar a comercialização dos seus produtos. Com a velocidade dos avanços científicos, rapidamente uma conduta entra e sai de cena, o que deixa os indivíduos submersos em um mar de desordem de referências. Os alimentos e as condutas alimentares são, dessa forma, diabolizados, perdoados, ou santificados de uma forma tão veloz que não há tempo para conformá-lo dentro de uma conduta alimentar prudente.

Frente a todo este processo, os sujeitos não representam seres passivos, meramente submetidos à ressonância dos discursos. Eles agem sobre eles, percebem as contradições, os assumem, desconfiam, reelaboram de acordo com as suas demandas e as suas matrizes cognitivas e afetivas pré-estabelecidas. Falta muito a estudar sobre a complexidade obscura do universo dos sujeitos enquanto comensais quando estão diante das informações e da necessidade de utilizá-las.

O processo de (re) aprendizagem alimentar

A adoção das práticas alimentares se dá através de um processo da aprendizagem ao longo da vida desde a mais tenra infância. A criança nasce dentro de um contexto alimentar já constituído e aprende a comer neste espaço de socialização. Fischler (2001) se refere ao efeito-*pochoir* como um mecanismo de transmissão cultural marcada pela restrição do campo de experiências que se manifesta cotidianamente no seio da família. Neste processo, há uma interiorização das regras e normas a partir da transmissão das estruturas culturais da alimentação que não se opera de maneira explícita. Esta interiorização se dá, fundamentalmente, através da observação e da imitação.

Entre os entrevistados, alguns referiram sobre a educação no âmbito familiar, como Roberto e Pedro, por exemplo:

> Minha mãe, vamos supor, fez salada. Você não escolhe o que você vai botar no prato, ela bota no prato, você come e você tem que comer tudo. Então desde pequeno você vai aprendendo a gostar senão você cria uma mania! (Roberto).

> Minha mãe segurava bastante, desde pequeno sempre eu como coisa saudável lá em casa. Minha mãe nunca foi de dar besteira para gente não... desde maternal assim. A gente nunca foi de levar banana real para escola, sempre era fruta alguma coisa, no máximo aquele pãozinho delícia que a gente comia bastante (Pedro).

Observa-se aqui como a mesa é comandada pela mãe com o seu papel de nutriz da família que, por sua vez, conduz os caminhos das experiências alimentares, direciona a formação dos gostos que irão marcar definitivamente a disciplina alimentar futura destes sujeitos. Sara faz referência à educação doméstica que a auxiliou nas situações de dificuldades alimentares e que marca a sua conduta alimentar atual:

> Eu já fui muito gulosa mesmo. Eu queria comer, comendo um pão de olho no outro. Aquela coisa tudo é questão de *educação doméstica*. Se eu tenho uma criança que ela está assim fazendo isso e a mãe ou pai ou responsável tentando tirar aquilo vai educando. A criança cresce naquele ritmo que está sendo educado agora. Se ou o pai ou a mãe não está nem aí, a tendência é ele crescer, a mãe botar a comida dentro de casa, ele comer, quando a mãe chegar não ter direito de

> comer nada, é a educação doméstica!. Na minha época, eu era gulosa mesmo, mas eu tive uma educação doméstica até porque também a necessidade obrigou que a gente regulasse a comida, que a gente comesse hoje e pensasse no amanhã, o que a gente comesse aqui, pensasse em algum irmão ou na mãe que, quem quer que fosse que ainda ia chegar para comer. Tudo muito regrado. Então juntou o útil ao agradável, ajudou bastante a educar o organismo. Então por mais que tenha um bocado, mesmo que não tenha mais necessidade, eu fico naquela comer um pedaço hoje e deixar para amanhã, e uma coisa que minha mãe falava era que comer é, por exemplo, era falta de educação: 'pô enchi! Eu comi tanto que enchi!' É isso que minha mãe falava a gente come para satisfazer não come para encher, comer para mim é uma questão de satisfazer o organismo e não encher. É aquela coisa, eu agüentaria comer mais do que eu como hoje, mas meu organismo tem uma auto-educação (Sara).

Sara aprende as regras da moderação. Moderar o apetite para garantir que todos comessem e para garantir a comida do amanhã, como uma estratégia de sobrevivência, é uma parte da ética alimentar popular a qual abordaremos mais adiante. Hoje, Sara tira proveitos desta educação doméstica e utiliza a moderação para um outro fim que é restringir a ingestão calórica conforme os ditames contemporâneos. Enfim, o processo de aprendizagem alimentar não se restringe apenas à formação do gosto, mas também das condutas gerais do comer, as regras e normas éticas e, pensando no "processo civilizatório" de Nobert Elias, trata-se de uma educação fisiológica e psíquica dos sujeitos que se configurará como uma "segunda natureza" de acordo com Bourdieu (1988).

O espaço familiar não parece ser mais o espaço de legitimidade para a aprendizagem alimentar correta, não sendo mais a mãe a personagem central deste processo. Ela passa a ser coadjuvante tendo que por em prática as instruções veiculadas pelos profissionais de saúde dentro das instituições de saúde. Tal procedimento relaciona-se com o aprofundamento progressivo do processo de medicalização da vida cotidiana no qual ocorre transferência de legitimidade, como por exemplo, da instituição familiar para a instituição médica (Poulain, 2002). Soma-se a isso, a própria limitação dos pais na capacidade de controlar a formação dos hábitos alimentares das crianças no contexto atual "competindo" com a escola, a mídia e a publicidade, como conseqüência de uma modificação das estruturas familiares e as relações estabelecidas entre os pais e os filhos na sociedade atual. Fischler (2001) se

refere à importância assumida na transmissão intra-geracional em detrimento da intergeracional.

Pode-se também considerar outros espaços institucionais como centrais neste processo educacional com a escola, o trabalho e o exército também importantes para a formação do hábito alimentar. Três entrevistados se referiram ao exército relacionando menos com as práticas alimentares e mais com a disciplina corporal e a prática de atividade física. No momento atual, a instituição de novas práticas alimentares exige novas aprendizagens: novos conhecimentos a serem operacionalizados nas decisões alimentares, novas atitudes em relação ao comer, e o aprendizado de novos gostos, o que chamo de gosto *light*, que abordaremos mais adiante, como ainda novas formas de aprender.

As propostas de reeducação alimentar se traduzem em um "educar de novo" que parte da negação dos hábitos alimentares anteriores, ou seja, negar uma história alimentar para abrir caminhos a uma nova ordem alimentar no cotidiano dos indivíduos. Por outro lado, as formas de aprendizagem se individualizam com a redefinição da participação das instituições tradicionais no processo educacional.

Os espaços para esta (re) aprendizagem dos sujeitos mais referenciados foram: a própria academia de ginástica, na qual os profissionais fornecem instruções como reconduzir as suas dietas; os serviços de saúde, através dos profissionais de saúde, especialmente para aqueles que desencadearam as mudanças a partir da detecção de problemas de saúde; e a auto-aprendizagem, se assim pode chamar, alimentada principalmente pelas informações fornecidas pela mídia. A atual aprendizagem alimentar trata-se de uma aprendizagem mais autônoma e flexível em que o indivíduo deve mais uma vez ampliar a sua responsabilidade e o seu poder decisório.

Os entrevistados em geral revelaram a importância de ter "força de vontade" Logo, os termos "adaptação", "esforço", "conscientização", "policiamento" estiveram largamente presentes nos discursos. Vejamos algumas expressões: "tem gente que não gosta, mas eu aprendi a gostar disso"; "Eu fui me educando", "é consciência alimentar, você vai adquirindo com o tempo"; "Eu tenho me policiado, eu tenho me esforçado, vou ter que me adaptar a isso. Eu corto tudo que está me fazendo mal". Ronaldo já expressa um aprendizado que está operacionalizando: "Tenho aprendido a me preocupar com a qualidade e não com a quantidade, é muito cedo para fazer uma avaliação, mas é algo que já mudou para mim pelos menos a maneira de pensar". Roberto se refere à tentativa

de superar a sua aversão ao consumo de peixe: "Eu estou tentando aprender a gostar disso, porque pô! se eu vejo todo mundo comendo assim na boa tenho que me esforçar, tentar trabalhar esse lado em mim para conseguir esse êxito".

Reconstruiremos uma história a partir destas falas: sob a édige da "força de vontade", que remete a uma espécie de ímpeto vindo do interior do sujeito, um ímpeto volitivo que marca o indivíduo moderno, começamos a mudança. Primeiro, emerge a mudança da "maneira de pensar" o comer. A partir daí, emprega-se verbos de ação com um caráter progressivo dando uma dimensão da temporalidade necessária para as mudanças: "fui me educando", a consciência alimentar "adquirindo com o tempo", "estou tentando", "me esforçando". Tais expressões ainda podem ser divididas entre as que limitam determinadas ações "policiar", "cortar" ou aquelas que procuram expandir outras: "aprender a gostar", "esforçar", "trabalhar". Por fim, o sucesso: "eu aprendi a gostar".

Desta maneira, "tentando aprender" e a "tentando gostar" irão remeter a experiência, ou melhor, a experimentação. Fischler (2001) afirma que a experiência induz uma preferência, mas como um processo lento e gradual. As experimentações alimentares parecem aumentar a probabilidade de aceitação e apreciação de um determinado alimento. Por outro lado, a disposição para aceitar um alimento novo também poderá aumentar as tentativas experimentais do mesmo, "esforçando-se" para minimizar os efeitos negativos que provocam a sua rejeição, tolerando-o até "se acostumar".

Assim os sujeitos vão recompondo as suas práticas alimentares. Eles vão acostumando o organismo a comer pouco como revela Gilda que se "acostumou a comer menos", recriando as novas necessidades fisiológicas alimentares. O estômago precisa ser educado a trabalhar com outras proporções e composições alimentares e a reagir a elas dentro de uma nova ordem fisiológica e psíquica.

Trata-se de um aprendizado de alta complexidade. Consiste em impor um novo *habitus* utilizando a linguagem de Bourdieu (1988). O referido autor afirma que o gosto alimentar se constitui como o mais resistente e o mais duradouro do *habitus* e, conseqüentemente, o mais difícil de mudar. Ainda sobre o pensamento deste autor, Fischler (2001) destaca a sua observação sobre o gosto primitivo onde se encontra a marca mais forte e mais inalterável da aprendizagem primitiva que sobrevive por mais longo tempo a distância ou a destruição do mundo natal e o sustento mais durável da nostalgia.

No que tange as políticas de educação alimentar e nutricional, a idéia moderna de mudar os hábitos alimentares para que os homens tenham uma melhor saúde

emerge no final do século XIX, depois do desenvolvimento da epidemiologia, das ciências da nutrição e do pensamento higienista (Poulain, 2002). No entanto, trata-se de uma proposição mais complicada do que se pode imaginar. Harvey Levenstein demonstra em suas duas obras – *Revolution on the Table* e *Paradox of Plenty* – os fracassos e sucessos das tentativas americanas de modificar as práticas alimentares vigentes a partir dos finais do século XIX até meados do século XX. O autor ainda ilumina esta questão indicando que as mudanças dos hábitos alimentares e as diferenças de acordo com os grupos sociais, religião, dentre outros, são frutos de um processo de desenvolvimento econômico e social, contudo, destaca uma nova dimensão: a deliberada tentativa de mudar os hábitos alimentares de uma grande parcela da população de uma forma secular.

No Brasil, deve-se lembrar que diversas tentativas foram feitas antes sob a édige do combate à fome e a desnutrição, abrindo o mercado para inúmeros gêneros alimentares populares. Atualmente, acresce o combate ao sobrepeso e a obesidade, que por sua vez, também abre um novo mercado a serviço do emagrecimento dos corpos das brasileiras e dos brasileiros.

É preciso ter em mente que as práticas atuais são resultados de políticas desenvolvidas que os indivíduos, em uma certa medida, procuraram se ajustar, seja de forma voluntária ou por imposições. São políticas alimentadas pelos avanços científicos são estigmatizadas por seus próprios discursos transferindo a responsabilidade dos fracassos quase sempre para outros segmentos, principalmente os próprios indivíduos, entendendo que estes não se responsabilizam por seus corpos e pela sua saúde de uma forma adequada.

Desta maneira, as concepções que estão submersas às práticas educativas para a construção de novas práticas alimentares no mundo contemporâneo, baseiam-se na idéia da "livre escolha" dos sujeitos e o uso da racionalidade nas suas decisões. No entanto, as decisões alimentares não são nem decisões individuais e nem simplesmente racionais. Voltaremos este ponto mais adiante.

O controle da fome e dos desejos alimentares

Talvez uma das mais difíceis questões para a promoção de novas práticas alimentares é o controle da fome e dos desejos em relação ao alimento colocando em jogo aspectos como o autocontrole e a determinação.

As estratégias de controle da fome citadas pelos entrevistados foram diversas. A principal tentativa é suportá-la ao máximo até chegar o horário da próxima

refeição. Não conseguindo, a ingestão de líquidos é a estratégia seguinte: primeiro, a água, em seguida, os sucos. Seguem-se as frutas e, não sendo ainda possível, escolhe-se algo menos calórico possível para comer. Seria o "roteiro" mais recomendado, contudo, nem sempre cumprido, especialmente por aqueles que estiveram mais compulsivos. Houve relato de utilizar cigarros para inibir a sensação de fome. O próprio discurso científico lança mão da estratégia de fracionar as refeições em cinco ou seis vezes ao dia que, dentre outras funções, é uma forma de auxiliar neste controle.

A idéia da distração engloba "preencher o tempo" com atividades diversas do cotidiano – trabalhar, desenvolver tarefas domésticas, como ainda bem freqüente o dormir, ou até fazer ginástica, procurar "pensar em outras coisas", enfim, múltiplas estratégias são colocadas em prática para que possam desviar a atenção da sensação de fome. Alberto, que já não jantava mais, revelou que às vezes "bate uma fome imensa! Mas eu nada! Dormir...". Ele também trouxe à tona uma batalha que é travada entre ele e o seu próprio estômago:

> O organismo está acostumado a comer direto só comer, comer, comer, comer. Quando eu parei de ficar comendo assim direto, o organismo está pedindo: 'por favor, comida aí meu amigo o bicho está pegando aqui'; mas depois passa. Eu não vou morrer se ficar duas horas sem comer, não vou desmaiar porque também aí já é demais. Eu não estou passando fome, porque sei que estou me alimentando, a energia que eu tenho aqui ainda dá para segurar até o horário de almoçar. Eu sei que vou almoçar, então porque que eu tenho que comer alguma coisa antes para matar a fome? Quando a barriga bate mesmo, água! Tomo um copo d'água melhora, um copinho de água, é bom (Flávio).

Na arena do estômago é que Flávio trava a sua batalha com a inimiga "fome". Ele tenta se convencer de que está em uma situação de segurança alimentar e que o corpo está nutrido, logo, não há porque ansiar por comer de imediato, é preciso esperar. Ronaldo por sua vez revela que ainda sente fome, mas "tem que administrar para chegar ao seu objetivo". Ele administra não comendo mesmo sentindo fome, tomando água ou, por fim, comendo uma fruta. Um outro exemplo é o caso já relatado das irmãs Carla e Dalva que acordavam e sentavam na escada para conversar e tentar esquecer de fazer a refeição matinal.

As tentativas para esquecer, silenciar, ocultar, enganar a sensação da fome são inúmeras. Foi-se o tempo que sentir fome significava algo saudável. A publicidade

dos estimuladores do apetite deu lugar aos inibidores que estão na mídia em larga escala. As vitaminas também perderam a sua função de "abrir o apetite", reduziram o papel de cumprir as carências nutricionais, reforçando a idéia de suplementos alimentares voltados para a prevenção das doenças crônico-degenerativas ou do envelhecimento. Os complexos vitamínicos comercializados já estão divulgando em letras capitais nas suas embalagens a mensagem "não engorda". Santos (2002b) estudando os programas de emagrecimento divulgados pela Internet observa que a fome indesejável toma uma conotação quase que patológica. Quando não conseguindo controlá-la, alguns *sites* recomendam consultar o item "compulsão alimentar" ou procurar um psicólogo ou psiquiatra.

Pouco se sabe sobre a sensação da fome fora do enfoque biológico. Freitas (2003, p.123) traz em seu trabalho uma definição oriunda da semiologia clínica na qual a fome é "como uma sensação de falta de alimento após um período de ausência, identificando-a como um mal estar acompanhado de *dor no estômago*, tremores e tonturas". A referida autora estudou os significados da fome para os famintos em um bairro popular da cidade de Salvador e observou que a fome não se encontra isolada, mas associada a outros fenômenos, como a violência, a droga, e o desemprego, dentre outros. A fome foi representada pelos moradores do bairro de diferentes maneiras tais como um "beco escuro", "uma criatura horrível", um espírito, um demônio, um vento, uma fera, sendo cada significado analisado pela autora. Chamam a atenção as personificações da fome como uma entidade maligna na qual é preciso ter coragem para enfrentá-la e a idéia de "se acostumar", "adaptar o corpo" a tal condição.

Cabe questionar as relações de significado que esta condição de fome, imposta pelas determinações externas, possuem com uma outra condição, que seria de uma fome "voluntária" se assim pudemos chamá-la. Bordo (1993) traz algumas descrições de portadoras de anorexia. As mulheres descritas experimentam a fome como um alienígena que as invade, desconectado com os mecanismos de auto-regulação normais, algo fora do *self*, "meu estômago quer...". As perspectivas se aproximam na idéia da fome como um intruso, um estranho que deve ser controlado e tranqüilizado, ou até matá-lo.

João que aderiu totalmente às novas práticas alimentares traz uma perspectiva positiva do sentir fome relatando que quando come uma coisa "leve" logo está com fome de novo e, quando ele come uma coisa "pesada" sente que fica "entupido" durante todo o dia. Logo, ele conclui que prefere sentir fome para comer mais coisas saudáveis. Trata-se de uma estetização da fome. Sobre isso, Montanari (2003, p. 125) lembra que:

> é também verdade que comer pouco faz bem: mas somente é permitido pensar nisso àquele que come muito (ou pelo menos, pode comer muito). Só uma longa experiência de barriga cheia pode justificar o temor de um apetite refreado. Os esfomeados, aqueles verdadeiros, sempre desejaram empanturrar-se a não poder mais: fazendo-o, algumas vezes; sonhando-o, com freqüência.

Tão complicado quanto controlar a fome é controlar os desejos alimentares. Há quem procura não pensar no alimento de desejo para não querer consumi-lo. Pedro relata o exemplo desta estratégia revelando o seu hábito de ir ao cinema e em seguida comer um *Big Mac.* Agora, ele vai ao cinema procurando não pensar neste hábito para não colocá-lo em prática. Já Alberto quando sente vontade em comer algo ou de ir a uma churrascaria, por exemplo, ele diz que "não tem vontade certa! (...) a minha vontade é emagrecer". Há uma transferência no plano dos desejos a serem atendidos: comer ou ser magro? As estratégias racionais entram em jogo utilizando a relação custo-benefício. Paulo traz ainda a reflexão:

> Estou pensando ali, não chegava a pensar nisso, hoje em dia penso assim: 'pô ali tem, pôxa! Tem muita proteína, tem menos ele assado, já tira uma parte da gordura (refere-se ao queijo coalho), o acarajé não! Dendê... pulando ali na bacia da baiana...mas é muito bom...'. Mas eu não sinto falta assim não! Eu acho que você passa, sente, bate aquele cheiro, você tem a vontade, mas depois... Porque o que você ganha é muito mais por causa de uma besteira de uma abstinênciazinha, a vida é totalmente diferente quando eu estou numa situação ou em outra (Paulo).

Alguns são mais radicais no controle como é o caso de Virgínia: "coloquei uma barreira na cabeça", pois tudo que contém gordura ela não quer comer. Aparece também a noção de fuga: "tudo que tem gordura eu fujo"; ou "ter que adaptar" pela importância para o corpo e para a saúde, mesmo que não saiba bem qual seja, mas porque todo mundo fala, ou por que todo mundo consome, "todo mundo come na boa e eu vou ter que me esforçar, trabalhar este lado em mim".

Uma outra forma seria o controle da disponibilidade alimentar doméstica dos alimentos julgados prejudiciais ao processo de emagrecimento e/ou saúde que foi também mencionada em alguns depoimentos: "para ter um controle eficiente primeiro tem que sentir falta, não tem porque não tem!".

A reconstrução do gosto e as novas sensibilidades alimentares

Nada é mais pessoal e íntimo do que os gostos alimentares. Não existe nada mais visceral do que a aversão, assim afirmou Pfirsch (1997). A experiência gustativa com o seu estreito vínculo com as necessidades vitais dos indivíduos esteve historicamente classificada como uma das funções inferiores da percepção sensorial. Nos textos fundantes da filosofia, continuamente foram interpretadas como operante a um nível primitivo, quase instintivo e, dessa forma, localizadas hierarquicamente em categorias inferiores à visão e à audição, estes considerados como sentidos cognitivos e intelectuais. O gosto, ao lado particularmente do tato, são os sentidos que exigem mais controle, pois ambos fazem possível o desfrute dos prazeres que nos tentam: o apetite e o sexo (Korsmeyer, 2002).

Não obstante, a experiência gustativa é marcada pelo seu caráter profundamente íntimo, uma comunhão íntima pessoal em que os objetos de consumo passam a formar parte de si mesmo sendo um exercício que implica em risco e confiança (Korymeyer, 2002). Ainda, vale lembrar que não se pode conceber o exercício de tal experiência sem a atenção dos outros sentidos, demonstrando a sua complexidade, como ainda a sua integração com os mecanismos fisiológicos e os processos afetivos e cognitivos como inseparáveis das constrições sociais e interações simbólicas (Pfrisch, 1997).

O gosto também apresenta a sua historicidade e é construído socialmente. Sobre isso, o trabalho de Bourdieu (1988) vem contribuir na medida em que o autor contrapõe a sua naturalidade e universalidade, entendendo que o mesmo não se separa do gosto das classes. Há um gosto construído que é produto e produtor de classificações que, por sua vez, confere as distinções sociais. As preferências alimentares são produtos do *habitus* construído no bojo das classes sociais, incluindo fatores econômicos, educativos e outros determinantes sociais e que tem influência, assim como influenciam, na forma pela qual interpretamos o mundo. Assim, o gosto não é visto como uma simples subjetividade, mas também como uma "objetividade interiorizada", ele pressupõe "esquemas generativos" que orientam e determinam as escolhas estéticas. Aqui Bourdieu se refere ao gosto estético, mas que não exclui o gosto literal, ou seja, o gosto alimentar.

Kaufmann (2005) resume uma história do gosto em três episódios. O primeiro, que se situa dentro de uma ordem religiosa dos alimentos, na qual as sensações

gustativas de cada sujeito devem se conformar aos moldes estruturados, como também estas sensações eram raramente exprimidas. O segundo episódio se vincula ao caráter subversivo dos prazeres que já anunciavam a modernidade e reduziam o peso das instituições sobre os indivíduos, uma dinâmica que se amplifica no final da Idade Média. O conceito de "bom gosto" emerge se tornando um instrumento de classificação das distinções sociais. O terceiro e último episódio se referem ao momento atual com a multiplicação dos universos de escolhas nas quais as alternativas de ações se diversificam e a regulação do gosto se impõe como um regulador interno.

Um dos grandes aspectos da disciplina alimentar contemporânea é não centrar apenas no controle da fome e dos desejos, mas também na reconstrução de um novo gosto alimentar. Talvez este seja um dos aspectos mais inovadores. O gosto alimentar retoma ao cenário a partir do final dos anos de 1980 com as novas alianças estabelecidas entre a gastronomia e a nutrição na busca de uma saída para os fracassos nas tentativas de instituir novos hábitos alimentares baseados em práticas coercitivas nas dietas alimentares.

É neste contexto que emerge o que chamamos de gosto *light* e que tentaremos caracterizar. O termo *light*, ressalta Freitas (2002, p. 24), na sociedade atual significa um modo de vida leve e saudável – que é muito além dos produtos alimentícios - que também pode ser reinterpretado como "o sentido da leveza da mesa, dos alimentos, do corpo e da vida". Destaca ainda que desta leveza decifra-se o mundo *light* e *clean* vinculado à idéia de um corpo magro e limpo que adjetivam um novo corpo combinando com a forma leve e iluminada.

O gosto *light* no seu senso comum pode ser caracterizado como a própria leveza que o nome já traduz apontada nos molhos menos consistentes, com tonalidades mais claras contrapondo os densos e escuros, a leveza das carnes brancas no lugar das vermelhas, no colorido alegre das cores verdes, laranjas e vermelhas oriundas dos vegetais e das hortaliças. Este colorido atrativo pode também ser associado ao seu caráter mundializado que absorve as diferenças multiculturais de um mundo heterogêneo dentro de um mesmo prato. O gosto *light* mistura diferentes sistemas culinários em uma mesma preparação, quebrando as rígidas regras que regem as múltiplas práticas culinárias, uma verdadeira bricolagem cultural cujas combinações seriam impensáveis outrora. O gosto *light*, de uma certa maneira, procura colocar em cheque a uniformização do gosto comandada pelos interesses econômicos de alguns segmentos das empresas alimentícias internacionais. Além disso, conforme alerta Kaufmann (2005) o

exotismo culinário, a curiosidade e a fome do "sabor do outro", testemunha que o gosto é também o que faz sair de si, em atenção a dois mecanismos: afirmação da identidade e a invenção de si. Dessa forma, o gosto *light* irá também se associar à flexibilidade, a liberdade de exercer a criatividade, outros marcos também fundamentais do mundo contemporâneo.

Assim, o prazer alimentar como uma minúscula aventura, historicamente subversiva, entra em uma nova ordem através deste gosto *light*, que ao menos busca instituir-se. Abre espaços para os diálogos e as alianças a exemplo da indústria de alimentos e a publicidade que se configuram como grandes difusores. Marcas alimentares anunciam os seus produtos submersos em um contexto de estilo de vida *light*, moderno e distinto.

Mas é exatamente através da indústria dos alimentos e da publicidade que as condições de possibilidade para o exercício deste gosto se concretizam. Tem sido o mundo industrial do ramo alimentício, com seus avanços tecnológicos na transformação e conservação dos alimentos, que tem possibilitado a ampliação constante ao acesso aos alimentos, convidando cotidianamente para uma nova aventura no mundo dos sabores e novas combinações não imaginadas. É a chamada "deslocalização" do sistema alimentar que minimizou os laços entre o alimento e o território dando a eles uma grande circulação geográfica. É ainda através da indústria dos alimentos que também vamos encontrar outra característica fundamental: a praticidade. O gosto *light* não coaduna com um elevado gasto de tempo para as preparações, um prato *light* que tem que ser, acima de tudo, fácil de preparar e com rapidez. Ele tem como aliado os avanços tecnológicos dos equipamentos culinários como, por exemplo, o forno microondas. O lema é produzir "o máximo de sabor e com o mínimo de tempo".

O gosto *light* é difundido junto a uma cultura de consumo que, como afirma Featherstone (1991), apresenta um mundo fácil e confortável, privilégio de uma elite, promovido pela publicidade através de uma poética da vida cotidiana, algumas vezes concebida como anticultura, aberta a flexibilidade, a mobilidade e ao novo. Confunde-se ainda com as imagens de juventude, beleza, *fitness*, energia, movimento, liberdade, romance, exotismo, luxo, diversão, descaracterizando freqüentemente os valores tradicionais. A liberdade do indivíduo é confundida com a liberdade para consumir. Para muitos, tal liberdade de consumo restringe-se apenas no consumo das imagens em um mundo no qual as desigualdades irão diferenciar tais possibilidades.

Todas estas características vão se vincular a outra fundamental, também recorrente: a noção do "natural". Uma estranha combinação que esconde por trás uma das ações alimentares mais subversivas da natureza que é a manipulação dos próprios componentes nutricionais dos alimentos, produzindo o alimento *light*. Mesmo assim, o termo *light* por vezes se confunde com "natural". No entanto, têm-se os vegetais, frutas e hortaliças, melhor consumi-los sem agrotóxicos e cozidos a vapor, que ornamentam o prato com esta vertente da natureza. A conciliação com a natureza é um dos paradoxos que o mundo contemporâneo vivencia como chama a atenção Kaufmann (2005).

Todavia, o gosto *light* com o seu discreto charme, também reconstrói as regras de distinção social no que tange ao comer. Santos (2003b) refere-se a uma freqüente questão quando se deseja tomar um café em algum estabelecimento: "adoçante ou açúcar?", cuja escolha deixará indícios sobre a sua opção pela vida *light* ou não. Trata-se também de uma distinção, um novo corte diferencial que separa a animalidade da civilidade. Uma pessoa "distinta" é uma pessoa *light*. O aumento do consumo de frutas e verduras, amplamente recomendado, também se traduz em uma distinção. Frutas de uma dieta distinta não parecem combinar tão bem com as nossas frutas tropicais - banana, laranja – como também com aquelas que já foram consideradas nobres – pêras, uvas e maçãs. O gosto *light* parece estar mais combinando com as ameixas frescas, pêssegos frescos, que até pouco tempo, o Brasil não conhecia além das suas versões processadas (Santos, 2003b). A lista é quase infinita de produtos alimentícios repletos de símbolos de distinção na construção do gosto *light*. Assim, o gosto *light* é o gosto da ascensão, o gosto da modernidade, da sensação de pertencimento a um mundo global.

O gosto *light,* por fim, transformar-se-á na redenção de um dos pecados capitais que a moral religiosa nos impregnou, a gula que na linguagem científica contemporânea se transforma em "compulsão alimentar". O que tinha uma qualidade moral passou para a ordem médica. O comer, liberto da culpa e dos pecados, deve se (re) constituir como uma forma de prazer, reconstruir o saber e o sabor, no mundo em que o hedonismo está em voga. Todavia, este prazer é regido por regras e normas no qual a moderação é a essência. Trata-se de um prazer racionalizado, secularizado, disciplinado e moderno.

Assim, o homem contemporâneo é convidado a seguir uma nova aventura gastronômica em busca do sabor perdido, abre-se uma nova perspectiva para

o comer, desde que esta comida seja saudável, do ponto de vista nutricional e sanitário, não colocando em risco o bem "saúde", ou melhor, promovendo-o ao máximo. Também é importante que não ponha em risco a natureza: o seu processo de produção deve ser "sustentável": produtos orgânicos e sem agrotóxicos podem concretizar tal premissa.

O gosto *light* busca então articular as complexas relações que congregam o gosto com as dimensões do prazer, da disciplina e a preocupação com a saúde, e o prestígio social, estabelecendo novas alianças e se configurando como uma nova ordem. Ele materializa o sonho da leveza nos produtos *light* e correlatos - assim como nas novas técnicas culinárias da cozinha *light*. Produtos estes que trazem a imagem de uma vitória contra o mal: açúcar, sal, gordura, álcool como ainda cafeína e outras substâncias. Um mundo sem veneno e sem mal, o paraíso relacionado com a saúde perfeita que Lucien Sfez (1995) caracteriza. De outro lado, pode-se tipificar o gosto *light* como o gosto do artifício, do falso que disfarça o gosto, a fome e o prazer. O gosto *light* é o gosto das aparências e ilusões escondido no seu discreto charme (Chalanset, 1996).

Porém, resta-nos refletir como o gosto *light* pode se estabelecer na vida cotidiana das pessoas, como este processo tem se configurado no plano concreto. Trazendo novamente Bourdieu (1988) e a sua elaboração sobre o processo de aprendizagem, ele distingue dois modos de aquisição do que ele chama de capital cultural legítimo. O primeiro é a aprendizagem total e precoce efetuada desde a infância no seio da família prolongando-se por uma aprendizagem escolar que a pressupõe e a aperfeiçoa, tornando-a como se fosse uma "segunda natureza". Este não deixa marcas na aquisição, fazendo-se passar por um gosto naturalizado. O segundo é a aprendizagem tardia, metódica e acelerada que já não tem tanta legitimidade, não por ser superficial, mas sim pela relação que estabelece com a cultura que difere radicalmente do primeiro.

Entendendo a complexidade para a formação do gosto e o processo de aprendizagem do comer como um dos mais difíceis, possivelmente iremos pensar nas dificuldades que o homem contemporâneo tem tido para reconstruir os seus hábitos alimentares dentro das regras que se estabelecem.

Além disso, o gosto *light* interage com a multiplicidade de gostos que percorrem uma cidade. No caso da cidade de Salvador, poderíamos citar o gosto da culinária baiana, o gosto do dendê. Um gosto com seu traço afro-barroco indicado pela exuberância de cores e temperos marcantes e singulares, que o transforma em um verdadeiro espetáculo visual-gustativo. Marcado pelos

aromas não menos característicos que percorrem há séculos as ruas, becos, avenidas e ladeiras do espaço urbano, seduz aos prazeres da carne, se transformando em uma marca indelével da identidade baiana e da resistência popular. O seu diálogo com o gosto *light* é um desafio que iremos abordar no próximo capítulo.

Entre os entrevistados, observamos esta tentativa de reconstruir o gosto como já foi aludida no item (re) aprendizagem alimentar. Naquele item, já foi discutido o "aprender a gostar" relatado pelos entrevistados nas suas tentativas de reconstruir as suas práticas alimentares, portanto, reconstruir o gosto. Vejamos o exemplo de Marcela e as suas tentativas de introduzir o consumo de saladas no seu cotidiano alimentar:

> Eu como todos os dias e é uma coisa que comecei a sentir um sabor. Antes, eu achava que não tinha graça, não gostava, quando tinha salada para mim era uma coisa assim para comer...Comia, mas com má vontade, mas aí eu comecei a ficar... Tinha dias que eu comia a salada pura mesmo sem gostar para poder o organismo ir se acostumando. Mas antes da dieta eu não gostava de comer salada não (Marcela).

Marcela, através das experimentações repetidas, começa a mergulhar em um outro universo de sabores, reconhecê-los e aceitá-los. Tal processo coaduna com o que Korsmeyer (2002) reflete sobre como uma experiência repetitiva faz parte da nossa rotina diária, na qual recai uma aura de normalidade e a contemplamos do mesmo modo irreflexivo que qualquer outra atividade rotineira. A experiência será repetida até se sentir convencido de que um alimento é bom ou não o que dependerá também da predisposição para aceitá-lo como foi o caso de Marcela. Houve também quem expressasse o termo sabor para os nutrientes: "gosto muito de sentir o gosto da proteína do peixe". Indubitavelmente, o sentido do gosto aqui assume um sentido metafórico, uma vez que os nutrientes, que conferem uma qualidade saudável ao alimento, são parte de uma taxionomia criada pelas ciências nutricionais e não de uma classificação gustativa, pois não é um alimento em si. Comer nutrientes é uma metáfora do comer saudável, logo, deve ser agradável ao paladar.

Contudo, a aprendizagem relacionada à reconstrução do gosto não se refere apenas a aprender a gostar de novos alimentos, refere-se também repugnar outros: aversões a alimentos gordurosos, "pesados", fazem parte e irão representar novas intolerâncias concretizadas como forma de "nojo", "enjôo":

Já Virgínia explica como ela construiu uma "barreira" entre ela e os alimentos altamente calóricos: "tomei pavor a refrigerantes", "degustar um prato saudável me dá até desejo, mas aqueles pratos gordurosos...Olhe, gordura colocou assim na minha cabeça como uma barreira...". Mais adiante, se referindo ao consumo de "comidas pesadas", ela afirma que "perdi o gosto da comida...", em função do seu processo de emagrecimento. Virginia não quer colocar em cheque os resultados conquistados em relação ao seu corpo.

A própria Virgínia e outros entrevistados que consideravam relativamente sólidas as mudanças realizadas, expressaram uma espécie de "estranhamento" ao seu hábito anterior: "aquela 'coisa' que todo mundo come, pelo amor de Deus!"; "Tem pessoas que se habituam a esse tipo de culinária"; "não faz mais parte da minha vida não!". Estas expressões – não só na fala, mas também nas expressões faciais de aversão e repugnância – mostravam uma distância àqueles hábitos como se jamais estivessem presentes na sua vida.

Em suma, o gosto *light* é uma referência que tem sido legitimada pelos diferentes discursos alimentares e que busca recolocar o gosto dentro do consumo alimentar contemporâneo, aparando algumas arestas sem, contudo, eliminar os seus conflitos e contradições. Buscando uma legitimidade no seu discurso, o gosto *light* enfrenta muitos desafios e resistências para reinar no consumo contemporâneo como também diferirá de acordo com os diferentes segmentos sociais.

Algumas considerações sobre as práticas alimentares contemporâneas em relação às camadas sociais, gênero e etnia

Já assinalamos que as recomendações dietéticas contemporâneas têm um marco que difere dos decênios que antecedem os finais do século XX e a entrada do século XXI: a sua pretensa universalidade. Todos os indivíduos: mulheres e homens, ricos e pobres, negros e brancos, magros e gordos, estão sendo convocados para reconstruir as suas práticas alimentares em prol do maior bem de todos: a saúde. Todavia, estas recomendações, quase que universais, não são interpretadas e operacionalizadas da mesma forma nos diferentes segmentos sociais.

Diferentes estudos mostram como as novas recomendações no que tange à saúde e alimentação são primeiramente aceitas e operacionalizadas nas camadas médias e posteriormente "deslizam" para as camadas populares.

Levenstein (2003a), analisando as reformas alimentares na população americana na virada do século XIX para o século XX, demonstra como a aliança entre os pesquisadores e as economistas domésticas foi remodelando as atitudes da classe média americana em torno da comida. Estes ideais foram propagados pelas escolas, colégios e universidades, pelos clubes de mulheres, revistas femininas e livros de receita. Destaca assim o papel da classe média aliada ao universo científico para o sucesso do projeto de reforma alimentar que terá posteriormente as camadas populares como alvo.

Não obstante, seria absurdo imaginar que as camadas populares apenas "copiariam" as práticas alimentares das camadas médias. Como Risério (2004) afirma, as camadas populares são afetadas pelos signos que as elites colocam em circulação, mas também elas reinventam estes signos. Elas também acrescem como parte deste jogo de reformulações alimentares as negações, as resistências e exigências, através dos movimentos sociais, por exemplo.

Na análise das entrevistas foi observada que o conceito de reeducação alimentar parece está sendo mais incorporado pelos indivíduos oriundos das camadas médias do que das populares. A prática de dietas da moda estivera mais presentes em mulheres das camadas populares. Tal fato não se dá apenas pela falta de conhecimento sobre os novos conceitos, pois estes estão presentes nos meios de comunicação acessíveis a estas camadas sociais, e nem tampouco por uma questão financeira apenas. Dalva confere: "é como dizem: 'não passar fome, não deve passar fome, tem que comer de tudo, tudo pouco'; mas da minha maneira acho que eu não comendo é que eu vou emagrecer, é na minha cabeça" (Dalva).

Dalva confirmou tal concepção durante toda a entrevista, concepção que é partilhada com Carla, a sua irmã. De qualquer sorte, a idéia de integrantes das camadas populares tentarem manipular as suas dietas com o intuito de emagrecer é um elemento inovador nas discussões sobre as práticas alimentares nas classes populares. Canesqui (1976), estudando as práticas alimentares em um bairro popular em um município do estado de São Paulo, observou que já havia nos anos de 1970 algumas mulheres que faziam dieta para emagrecer sendo esta prática considerada pela autora como raras exceções.

Decerto que a abundância alimentar se instala no mundo e também no Brasil. Nunca se teve uma disponibilidade e diversidade tão significante de alimentos no planeta e, pela primeira vez na história, o número de obesos ultrapassa o número de famintos no mundo. Todavia, o perigo e o medo do

excesso no Brasil não substituíram o perigo e o medo da fome como alguns estudiosos assinalam na realidade dos países desenvolvidos. O medo da fome ronda setores das camadas populares, hoje chamados de "excluídos", como tão bem analisa Freitas (2003) em seu estudo etnográfico sobre a fome em Salvador. A coexistência dos dois perigos e medos dentro de um mesmo espaço social demanda estudos.

Não se pode negar, porém, que a realidade alimentar mudou para alguns segmentos das camadas populares. Telma relata a situação alimentar na sua infância e adolescência que foi difícil muito embora "nunca passou fome, pão com café nunca faltou". No entanto, não tinha todo final de semana uma "comida diferente", "coisas variadas como hoje", "a gente não experimentava de tudo, tudo que criança fala, ah! Eu quero comer uma lasanha, ah! Eu quero comer um pote de sorvete...". Atualmente, a sua mãe sempre busca uma inovação alimentar para a família. Assim também mencionou Carla e Dalva, a busca de novas receitas para agradar a família, caso contrário, "enjoa".

O uso da criatividade na culinária popular, entretanto, não é um fato novo, ser criativo na cozinha não é uma exclusividade das camadas médias, embora possam ter razões e significados diferentes. De fato, ao lado da monotonia alimentar que historicamente marcou o comer popular, o uso da criatividade com o intuito de garantir a comida cotidiana além de provocar sabores que disfarçariam a monotonia e a dieta da pobreza tem estado presente na cozinha popular.

Desta forma, são inúmeras as tentativas de implementar dietas para o emagrecimento nas camadas populares, procurando seguir os parâmetros legitimados pela ciência, porém, evidentemente, acrescendo as suas interpretações e adaptações. Sobre isso, Bourdieu (1988) destaca que a distinção não se dá apenas na apropriação de um bem, mas também nas maneiras utilizadas para se apropriar dele. Como a classe popular e as classes médias e altas se apropriam da feijoada ou do churrasco, por exemplo – sejam nos produtos usados para a sua elaboração, sejam nas formas de apresentação do prato, o servir e o modo de comer, quando e onde comer – é o que poderá conferir ou não a distinção social (Santos, 2003b).

Assim, questionaríamos como as camadas populares e as camadas médias e altas se apropriam dos ícones das dietas alimentares vigentes. Pedro aborda as tentativas de implementar uma dieta nas camadas populares no seu meio social. Ele habita em bairro popular e freqüenta uma academia de ginástica em um bairro de classe média, vivendo nos "dois pólos" como ele mesmo afirma.

Não simpatiza com os lanches vendidos na academia a base de produtos naturais, pois “não tem gosto de nada!”. Em seu relato, traz interessantes informações de como os “pobres” que moram em seu bairro fazem dieta comparando com o público da academia que freqüenta. Vejamos alguns extratos de seu discurso:

> Aqui (na academia) o pessoal tem mais dinheiro, tem condição de viver numa dieta mais rigorosa, diminui calorias, deveria ser proporcional à diminuição de calorias, diminuição de valor não é? E não é, quanto mais *diet* e *light* mais caro ficam... Então na classe baixa não tem isso. É assim, bairro pobre mesmo com menos condição financeira tem diferença de comida. O povo não anda estressado em se tem caloria ou se não tem, se vai matar se não vai! O que for de comer, o que o dinheiro der para comprar, compra e come (Pedro).

> Quem faz dieta lá na Liberdade, em um bairro pobre, às vezes lê na revista uma dieta e tenta fazer o mais próximo possível. Aí diz tem queijo branco, queijo branco custa seis reais. Ele não pega seis reais para dá no queijo para durar três dias. Ele vai, corta o queijo. Então, ele não vai dar seis reais, seis reais ele come a semana toda, é três quilos de açúcar, de arroz, de feijão. Aqui não, aqui se você tem que comprar iogurte natural vai lá e comprar iogurte natural, tem que comprar queijo branco vai lá e compra queijo branco. Mas na classe baixa não, não tem nem como, é o que for, que o dinheiro dá para comer, come. Aí começa assim, não pode comer pão, não compra pão, mas chega lá na terceira semana não agüenta ficar longe do pão, porque o que alimenta pobre é pão. Aí chega a terceira semana como um pãozinho e acaba a dieta, tem isso, iogurte natural não compra, não pode comprar iogurte também toma só leite (Pedro).

Pedro coloca em cena como os discursos alimentares difundidos pela ciência e pela mídia estão distantes do universo das camadas populares que estão inseridas na pobreza. A dieta alimentar contemporânea preconizada é uma dieta elitista, de alto custo, não acessível aos mais pobres. Sem outras referências mais próximas ao seu universo, eles procuram adaptá-las à sua realidade. As revistas populares nas bancas de revistas se tornam as referências a serem seguidas.

É interessante notar a recorrência do queijo branco, pão integral e o iogurte natural, como produtos “mágicos” nesta ceia *light*. Soma-se também o “comer

só salada e folhas". De uma certa maneira, tais produtos são consumidos pelas camadas populares, mas como imagens midiáticas neste mundo dominado pela cultura da mídia visual e das imagens como alerta Featherstone (1991). O autor ressalta o "'lado escuro da cultura de consumo", afirmando que para quem habita este lado, o consumo é limitado ao das imagens.

O adoçante artificial parecia participar mais intensamente deste universo simbólico, mas com a popularização do seu uso, não parece mais ter este ar tão "totêmico" como outrora. Junto a ele, o leite desnatado e o refrigerante *light* parecem ser os gêneros mais difundidos nas camadas populares. Vale ainda ressaltar que não se trata apenas de um consumo apropriado para a saúde, mas também pode significar o consumo de um símbolo de uma ascensão social imaginado por alguns.

Não obstante, a situação econômico-financeira não parece ser o único obstáculo para o sucesso de uma nova prática alimentar, conforme já foi aludido acima. Caso o fosse, as camadas médias não enfrentariam este problema de instituir uma nova dieta alimentar. Há também uma questão relacionada a uma prática estranha ao seu universo, com alimentos que "não tem gosto de nada" como o próprio Pedro afirmou. Telma, que não faz dieta alimentar alguma, avaliando o que ela mudaria para deixar a sua dieta mais saudável afirma: "Primeiro...Eu ia a uma nutricionista, que ia passar...Essa coisa toda e tal. Eu ia tentar seguir, porque eu não tenho condições de está mantendo aquela dieta toda para...é um pouco caro" (Telma).

Chama a atenção a referência "ir a uma nutricionista" no lugar de buscar as orientações nas revistas das bancas de jornal que já infere uma mudança nas formas de pensar e nos modos de fazer. Evidentemente que Telma não se refere às nutricionistas que trabalham nos centros municipais de saúde, que são acessíveis ao público geral. Ela se refere às nutricionistas que trabalham em suas clínicas particulares, que concedem entrevistas nas tvs ou nas revistas especializadas e que cuidam das dietas de personalidades e celebridades. Telma ainda menciona a falta de condições financeiras por ser 'caro' os produtos *light*, mas, em seguida, ela retifica:

> Não é nem encarecer. É aquela coisa diferente que você não come, por exemplo: tudo *light*, como o povo fala. Já teve a reportagem no Fantástico que disse que nem tudo *light* presta, faz mal que a gente pensa que come em quantidade e acaba engordando...de manhã, acostumada a comer o quê, aquele queijo branco, iogurte light, pão

> integral essas coisas, aí eu não sei....não é caro, entendeu, mas.... não sei o que é que eu não consigo explicar, não sei, eu acho mesmo que é falta de costume de não ter começado, porque quem tem (...) eu acho que...eu poderia até consumir não sei se eu iria me acostumar (Telma).

Telma hesita em identificar o que seria, mas "aquele queijo branco... esta coisa aí" demonstra a sua posição de estranhamento frente aos novos regimes alimentares. Por outro lado, Virgínia, que conseguiu modificar as sua práticas alimentares, avalia o seu passado recente:

> Eu anteriormente só via refrigerante, só via pão de queijo, só via hambúrguer, para eu sair daquela alimentação gordurosa para uma mais nutritiva...Você fica imaginando 'meu Deus! Como é que eu vou comer essa salada, como é que eu vou comer essa folha' e fica pensando. É a mesma coisa quando você vai de uma alimentação mais nutritiva que vai para uma mais gordurosa. Você fica, se olha no espelho 'como é que eu vou comer?' Você está me entendendo? 'Essa gordura, comer essa comida com excesso'. Então é assim, eu coloquei o meu equilíbrio psicológico (Virgínia).

Outro ponto relevante observado foram as diferenças em relação ao gênero. O estudo forneceu indícios de que as diferenças em relação às práticas alimentares entre mulheres e homens nas camadas populares foram maiores do que nas camadas médias. Ou seja, os homens das camadas populares pareceram menos sensíveis aos ditames da dieta saudável, utilizando outras referências nos seus discursos e nas suas práticas para justificar o seu comer. Comecemos pelos relatos de Carla sobre o seu marido:

> Meu marido, ele não toma café de manhã, o café dele ou é sopa de manhã ou é feijão. Ele faz três refeições ao dia. O café dele é a comida. Às vezes digo: 'toma um Nescau alguma coisa...' ele: 'Não, não! Homem não come isso não, homem tem que comer...', às vezes até incentivo a ele que ele está muito acima do peso e o trabalho dele exige assim que ele mantenha a forma (Carla)[1].

O seu marido trabalha em um renomado hospital da cidade como segurança e a direção do hospital tem procurado investir na saúde dos seus funcionários. A expressão "homem tem que comer...", dito de forma enfática,

pode ser complementada com “comer muito” e ainda comer alimentos símbolos que dê “força” e “sustança”. Mais adiante, Carla revela com hesitações por ter vergonha que: “se eu fizer uma lasanha aqui, porque minha filha adora lasanha, faço uma lasanha ele tem que botar feijão e farinha na lasanha para comer, você acredita?”.

Se a importância do feijão é marcante na dieta brasileira mais ainda ele é para a dieta alimentar popular masculina. O marido de Dalva também come feijão todos os dias, pois, diz ele, “o homem tem que se alimentar com feijão”, logo, conclui Dalva, que nas suas atividades culinárias cotidianas “tem que ter feijão, tudo tem que ter feijão”. Segundo ela, ele diz ainda: “Ah Dalva, ensopadinho com arroz não alimenta não!”. Mesmo que o feijão não tenha carne tem que ter feijão, ela enfatiza.

A carne vermelha também é ressaltada. Pedro afirma que para o pobre “carne enche a barriga com mais vontade e comendo aquele pedaço de bife é melhor do que peito de frango para encher a barriga”. Pedro acredita que mesmo a carne vermelha sendo mais cara do que o frango a preferência popular ainda é a carne vermelha. Pode-se então supor que, apesar do aumento do consumo de frango no Brasil facilitado pela sua acessibilidade em relação ao preço; o seu papel, particularmente para as camadas populares, seria mais um substituto do frango. A supremacia do valor da carne vermelha é histórica, concebida como um alimento que “enche”. Assim é que Montanari (2003) assinala se referindo ao consumo da carne e do peixe nos finais da Idade Média marcando a preferência popular pela carne. Embora se consumia o peixe bastante, ele era considerado como um alimento que não “enche” um alimento “leve”, não capaz de lidar com a fome cotidiana.

Tais afirmações sobre a carne também são confirmadas na descrição de uma personagem que é o gladiador, feita por Gustavo. Adepto a uma alimentação “mais natural” e proprietário de uma micro-empresa popular de construção civil, ele mesmo fornece a alimentação dos seus trabalhadores, fonte de grande conflito. O gladiador, a partir da descrição de Gustavo, poderia ser tipificado como um homem de classe popular, particularmente um trabalhador braçal, destes que “se lambuzam todo”.

> Eu estava vendo lá na empresa, ensinando os meus funcionários o modo de comer. Eles dizem: ‘Ah! Mas você! Somos gladiador’. Eu digo gladiador, tem um lá bem fortão que faz musculação, ele fala que é gladiador, gladiador come é de tudo, assim rápido não tem que mastigar... (Gustavo).

O gladiador, que come de tudo rápido sem mastigar, nos remete a pensar sobre uma longa história pouco contada sobre a regulação do apetite. Uma história que passaria pelo apetite robusto característico dos heróis dos romances de cavalaria ainda na Idade Média, vivendo em um mundo atormentado não pela fome, mas pelo medo da fome e esse medo convida a comer com sofreguidão quando há o que comer. Segue para a construção do herói cortês que mostra uma atitude de moderação, quase de distanciamento; uma certa temperança, um controle que seria limitado interpretar simplesmente como uma adesão a uma moral religiosa. Marca o nascimento das boas maneiras dentro de uma ideologia cortês cuja palavra é moderação (Montanari, 2003).

Seria o que Mennell (1991) identifica como a "civilização do apetite" em seus estudos a partir dos trabalhos de Nobert Elias sobre o processo civilizatório, que parece se relacionar parcialmente com o aumento da segurança, regularidade, confiabilidade e variedade do suprimento alimentar.

Já Bourdieu (1988) irá demonstrar em *La Distinction* as diferenças em relação à eleição dos gêneros alimentícios entre as classes sociais. A classe popular costuma escolher alimentos mais pesados, gordurosos e baratos para o consumo, diferentemente das classes mais elevadas. Destaca que quanto mais elevada é a posição na hierarquia social maior é a proporção das refeições ligeiras, sem gorduras e fáceis de digerir. É aí que Bourdieu (1988) distingue o gosto pelo luxo e liberdade e o gosto pela necessidade. O gosto pelo luxo e liberdade é caracterizado pela sua distância em relação às necessidades orgânicas e primitivas. O gosto pela necessidade procura as eleições alimentares que garantam a reprodução da força de trabalho com o menor custo possível. Trata-se de uma eleição forçada pelas condições de existência, ou seja, não há outra opção do que o gosto pelo necessário e não uma liberdade de eleição em si.

No nosso contexto brasileiro urbano popular, em que ainda "a fome caminha pelo bairro", como analisa Freitas (2003), estando presente no horizonte de vida dos famintos ou registrado na memória coletiva destes segmentos, tal realidade irá definir a experiência alimentar com um apetite de um "gladiador". Quando os alimentos são disponíveis, é importante então assegurar as reservas no próprio corpo sob forma das gorduras, já que nem sempre é possível assegurar estas reservas no abastecimento familiar de forma permanente e contínua.

Porém, o apetite voraz não pode ser associado apenas a esta condição da memória da fome. Ela também faz parte da identidade masculina em todas as

camadas sociais. Relatos dos entrevistados pertencentes às camadas médias indicaram um "comer muito", particularmente na infância e na adolescência e nos tempos de faculdade. Paulo com os seus 30 anos de idade pertence à geração que recepcionou e saboreou, por exemplo, a chegada do primeiro McDonald's em Salvador em 1989, revela que gosta muito e ainda consome os seus produtos. O significado de comer muito de Paulo diferirá do gladiador, mais próximo à memória da fome, estando mais vinculado a uma perspectiva moderna de lidar com o comer no bojo da abundância alimentar.

Sobre a relação do apetite masculino e o apetite feminino, Bordo (1993) destaca a imagem masculina no comer compulsivo como uma estratégia considerada natural, quando a mulher é uma metáfora de apetite sexual. Ou seja, o apetite masculino, vinculado à animalidade, é muito mais aceito socialmente, legitimado e estimulado em vários momentos históricos, e até muitas vezes necessário para a afirmação da masculinidade. Enquanto que o apetite feminino é desde cedo ensinado a ser controlado, limitado ao mundo privado.

Continuando com a história de Gustavo e a sua relação com os seus funcionários sobre o comer, ele conta que eles não gostam da alimentação que lhes é oferecida: "eles gostam de muita carne vermelha, outros gostam de muita gordura essas coisas assim pesadas...". Eles reclamam: "Olha eu não estou me alimentando bem, quando eu terminar de comer isso aqui, quando derem três horas da tarde eu estou com fome". Gustavo contesta procurando colocar outra perspectiva para o comer e os efeitos positivos que eles poderiam extrair:

> Três horas da tarde, você come um pão, toma um pouquinho de suco, você se alimenta de novo bem, e fica com o corpo leve, trabalha tranqüilo e seu intestino não vai sentir mal, você vai se sentir bem. Vai ficar, vai trabalhar você está trabalhando seu intestino também está trabalhando junto com você (...). Agora, você pega e faz um prato enorme na mesa, come tudo como você diz um gladiador. Depois está ali deitado dormindo, levanta, a barriga enorme, cheia toma bastante água para digerir aquela coisa toda (Gustavo).

Gustavo evoca uma noção de leveza estomacal e corporal proporcionada por uma alimentação também leve, além do bom funcionamento intestinal como sensações saudáveis do aparelho digestivo. A noção de "pesado" de Gustavo é de um alimento inapropriado ao consumo que provoca desconfortos, enquanto que para o gladiador será um alimento "forte" que o sustentará para

o trabalho por longo tempo sem a sensação de fome. No entanto, as suas argumentações não são convincentes.

> Eles não conseguem, alguns religiosos conseguem, já têm outros que não, a comida tem que ser pesada para ficar forte para agüentar peso, agüentar o tranco, o dia-a-dia (...) a alimentação para eles é essa, muita carne, muita gordura, muita carne vermelha, nada de legumes. Se você for pegar um pouquinho de arroz, feijão, um bife uma saladinha para uma pessoa dessa..., tem que habituar, ele tem que pegar o hábito da alimentação (Gustavo).

Aqui se pode discutir outro ponto importante que é trazido, mais uma vez, por Bourdieu (1988), a relação entre o gosto alimentar e a percepção que cada classe tem sobre o seu próprio corpo e, conseqüentemente, os efeitos da alimentação sobre si mesmo, sua força, saúde e beleza. Ou seja, as classes populares priorizam a força do corpo, a força para o trabalho, em relação à forma, o que, por conseqüência, definirá a escolha alimentar.

Não obstante, vale frisar que este comportamento do gladiador não corresponde necessariamente a todo universo das camadas populares. A maioria dos entrevistados, que estar longe de ser uma amostra representativa, por exemplo, apresentou a perspectiva de valorizar a qualidade do que a quantidade ao menos "na forma de pensar", como afirmou Ronaldo. Há uma heterogeneidade de perspectivas nas camadas populares e com uma grande dinamicidade entre elas. Outro aspecto sobre o comer masculino que merece destaque, sobretudo para as camadas médias, trata-se de um conflito que se instala, expressado por Paulo: como conduzir uma dieta alimentar que, ao mesmo tempo, permita emagrecer, portanto, deve ser hipocalórica; e que possa promover uma hipertrofia muscular, que deverá ser hiperprotéica – que representa em última instância calorias. Uma difícil combinação dietética.

Em suma, podemos inferir que as diferenças em relação às práticas alimentares masculinas e femininas são mais distantes nas camadas populares do que nas camadas médias. As mulheres das camadas populares parecem incorporar com menos dificuldade os discursos e as referências da dieta saudável veiculados principalmente pela mídia e pelos profissionais de saúde, quando comparadas com os homens.

No entanto, operacionalizar tais recomendações, além das limitações financeiras, pode-se também destacar o contexto alimentar nas relações familiares

das camadas populares e o papel da mulher neste contexto. A sobrecarga do trabalho doméstico, destacando o trabalho alimentar, das mulheres das camadas populares é maior do que das mulheres de outras camadas sociais. Elas, além de trabalharem externamente, não possuem a figura da empregada doméstica, e nem um conjunto de equipamentos domésticos que auxiliam a amenizar esta sobrecarga de trabalho. Logo, a responsabilidade de nutrir a família, assim como o peso das atividades vinculadas a ela, é relevante.

Nas camadas populares, ao menos no âmbito doméstico, parece que o processo de individualização do comer caminha mais lentamente que em outras classes sociais. A produção de refeições no ambiente doméstico parece ser mais coletivizada – contando menos com os equipamentos domésticos, símbolos da individualização do comer, como por exemplo, o forno microondas. Assim, quando essas mulheres tentam fazer uma dieta, terá mais trabalho para preparar uma refeição específica, contando ainda com dificuldades frente a maior resistência dos homens para modificarem as suas dietas conforme já apontado anteriormente. Carla refere a sua dificuldade de fazer uma dieta, associando a presença do marido em sua casa: “para mim é mais difícil, porque às vezes a gente ‘esmorece’ para fazer duas comidas, o tempo é curto, a gente come o que tem”.

Todavia, tais dificuldades não se esgotam nas relações de gênero. Elas também residem nos conflitos geracionais. Lembrando que o domicílio popular geralmente convive um maior número de familiares e agregados, Marcela destacou as dificuldades enfrentadas com a sua mãe com quem ela divide a sua moradia:

> Esses alimentos inclusive minha mãe é de fazer muito, minha mãe gosta de tudo que termina com ‘ada’: feijoada, macarronada, é dobradinha (...). Quando ela está aqui, ela faz algumas vezes, e aí eu fico chateada, mas quando eu vejo, eu como. Não adianta porque é psicológico você sente o cheiro é uma coisa que você gosta, não gostaria de comer, se tivesse na minha casa sozinha nunca iria fazer, mas ela faz. A partir do momento em que vejo, olho para o meu feijão donzelo e olho aquela feijoada aí eu como (Marcela).

Na casa de Marcela a sua alimentação é feita separadamente. Mais recentemente, a sua mãe parece estar “descobrindo a verdade”, como ela declarou, e começando a ter uma produção única dentro dos parâmetros estabelecidos da dieta saudável.

É evidente que a questão levantada sobre o conflito domiciliar em relação às diferentes práticas alimentares que se tornam cada vez mais autônomas não é exclusiva das camadas populares. É uma questão que demanda estudos.

Cabe ainda ressaltar algumas considerações sobre a ética alimentar nas camadas populares. Faz parte da disciplina alimentar popular comer tudo e de tudo na qual a moral antidesperdício é uma regra fundamental. Os sujeitos são educados a procurar gostar de tudo e talvez mais gostar do ato de comer até do que da própria comida, afinal, como diz o dito popular, "o tempero da comida é a fome". Contudo, a temperança e a moderação integram tal moral. Lembremos das observações de Sara sobre a educação doméstica já citada anteriormente. Ela afirmava ser muito gulosa "comendo um pão de olho no outro".

Da "educação doméstica" de Sara, pôde-se extrair duas lições. A primeira é da solidariedade, pensar nos demais membros da família e saber dividir: "... a mãe botar comida dentro de casa, ele comer quando a mãe chegar não ter direito de comer nada...", ou ainda "o que a gente comesse aqui pensasse em algum irmão ou na mãe que em quem quer que fosse que ainda ia chegar para comer...". A segunda seria a parcimônia, porque "a necessidade obrigou que a gente regulasse a comida que a gente comesse hoje e pensasse no amanhã", afinal, "quem come e guarda, come duas vezes", como diz um outro ditado bem popular entre as camadas populares.

Assim, esta moral alimentar advinda da necessidade, a carência de alimentos suficientes para todos, foi que "ajudou bastante a educar o organismo", e que possibilitou juntar o "útil ao agradável", como ela ainda afirma, uma vez que a moral antidesperdício, também oriunda de uma moral religiosa, atualmente começa a ser reinterpretada pelas camadas populares como uma moral quase que medical (Fischler, 1993). Logo, comer é "uma questão de satisfazer o organismo" e não "para encher", como a mãe de Sara falava aos seus filhos. Até os dias atuais, "por mais que tenha um bocado", Sara fica naquela de "comer um pedaço hoje e deixar para amanhã".

Esta moral da educação doméstica de Sara encontra ressonância na noção de "dar uma de chique" que Dalva fez alusão e já citada anteriormente. Discorrendo sobre a sua conduta alimentar nos finais de semana, Dalva revela uma quase orgia alimentar quando vai à praia, um dos seus principais espaços de lazer: acarajés, cervejas, peixe frito, arrumadinho, dentre outras tantas opções, "era uma coisa atrás da outra", que agora ela procura se controlar "dando uma de chique". Entretanto, a atitude de Dalva não parece agradar ao seu marido

que conclama: “Dalva! Você é toda metida agora, você está querendo botar charminho, está parecendo essas filhinhas de Patricinha...”. “Dar uma de chique” significa para Dalva “comer um pouquinho, fazer aquele charminho: não! Não quero não!”, que difere de uma outra prática “mais grosseira”.

> É quando a gente não pensa no amanhã a gente come... Eu vou ser assim um pouco grosseira, come feito bicho: ‘Ah não! Eu vou aproveitar logo porque não sei se amanhã ele vai sair comigo...’; ‘ah não! Vou comer até mais de dois acarajés’ A gente procura extrapolar, aproveitar ao máximo que puder sem pensar nas conseqüências e no depois...

Tal conduta também é utilizada em festas em que a comida é disponibilizada – a qualidade da festa mensurada pela fartura ainda perdura –, e deve-se comer tudo. O “não pensar no amanhã” a que se refere Dalva já não tem o mesmo sentido do que foi preconizado na educação doméstica de Sara. Não se trata da parcimônia em relação à comida, trata-se das novas perspectivas em relação ao perigo do comer em excesso, uma moral nova que vêm se sobrepondo e interagindo difusamente com as morais anteriores em relação ao comer.

Faz-nos lembrar as observações de Montanari (2003, p. 122) sobre a relação intrínseca da fome e da abundância:

> O antídoto mais eficaz ao medo da fome é o sonho: da tranqüilidade e do bem-estar alimentar e mais ainda da abundância da comilança [...] A cultura da ostentação e do esbanjamento não pode ser compreendida apartada da cultura da fome: remetem-se dialeticamente uma à outra e se exprimem reciprocamente.

Bourdieu (1988) também faz uma discussão sobre a ética popular e a ética da sobriedade a favor da esbelteza. A ética popular contrapõe o “gosto modesto”, ou seja, aquele que sabe sacrificar os apetites e os prazeres imediatos aos desejos e satisfações futuras que, por sua vez, contrapõe o materialismo espontâneo das classes populares. A ética popular destaca a “presença no presente que se afirma na preocupação por aproveitar os bons momentos…”. No entanto, vale ressaltar que no contexto atual as camadas populares têm vivenciado os dois pólos da problemática alimentar sincronicamente.

Apenas uma referência foi feita em relação às práticas alimentares envolvendo a questão étnico-racial, mas que chamou bastante atenção. João aborda as origens

alimentares dos negros desde a escravidão e as conseqüências desta alimentação, finalizando com uma certa comparação entre a "dieta dos negros" *versus* "dieta dos brancos". Vejamos os dois trechos da sua fala que seguem:

> Olha que o nosso corpo, nós negros já herdamos isso. Nós viemos de navio negreiro. Na época não tinha, nós comíamos os restos, as vísceras dos animais que os Senhores do Engenho jogava para gente, ou no navio ou nas senzalas. Então daí a gente fazia a rabada, fazia o mocotó, adicionava ingredientes que ficava gostoso que até o próprio Senhor de Engenho vinha comer com a gente. É a história de nossos antepassados. Em cima disso herdamos esse colesterol altíssimo, todos os negros têm o teor de colesterol alto e que você tem que equalizar dentro de uma academia e fugindo também das outras coisas gordurosas: Os hambúrgueres da vida, os bacon, essas feijoadas malucas. Eu estou fora! (João).

> Acho que o corpo do negro, ele é uma coisa que tem que ser bem trabalhada, usada para uma finalidade só. Não usar para deixar a obesidade tomar conta, sentar num tabuleiro para vender o acarajé (...) acarajé que você vende, você come quatro e vende dois, aí pelo amor de Deus! Evitar os refrigerantes essas coisas, que o negro, ele tem que se conscientizar desse hábito alimentar. Tudo bem que veio dos nossos ancestrais, mas você vê o branco, ele se preocupa mais em comer bem, em olhar esses detalhes, só que o nosso povo, apesar disso tudo, ele está se educando, se educando. O passado já foi pior, no passado eu fazia parte dessa coisa, hoje já me educo mais (João).

Poderíamos dizer que a mudança nas práticas alimentares de João toma como referência a "dieta dos brancos" que se preocupa mais com o "comer bem", "com os detalhes" e "o mais saudável", e vê de forma positiva que os negros estão se educando, ou seja, incorporando paulatinamente a dieta dos brancos.

A relação "dieta dos brancos" *versus* "dieta dos negros" é, indubitavelmente, uma relação de poder. É sabido que a "dieta brasileira" foi historicamente construída através da miscigenação das diferentes matrizes culturais, européias, africanas e indígenas. No entanto, como elas se relacionam internamente em um jogo de poder ao longo da história demanda estudos. E se observamos os gêneros alimentícios e as práticas culinárias eleitos para compor a mesa da dieta saudável, esta configuração de poder irá se afirmar. A afirmação de João

não é condizente com as lutas e avanços para a afirmação da cultura afro-brasileira no Brasil.

Levenstein (2003b) estuda este jogo de relação de poder dentro da matriz alimentar nos Estados Unidos, destacando a participação das culturas alimentares das migrações européias, e posteriormente as latino-americanas como a mexicana; na construção da dieta americana que desde os primórdios sempre teve a marca preponderante da herança britânica. Vale lembrar que esta análise difere completamente das transformações históricas das práticas alimentares européias após a descoberta no Novo Mundo, uma vez que não se trata de uma circulação de gêneros alimentícios e sim da circulação de povos com a sua cultura alimentar, que irão entrar em um jogo de relações nas quais se estabelecem também relações de poder.

Outro aspecto que também mereceria destaque em relação às distintas práticas alimentares são as formas como se constituíram as diferenciações sociais no espaço geográfico citadino. Montanari (2003) destaca a existência de paralelismo entre alimento e sociedade, entre hierarquia dos alimentos e hierarquia dos homens, que se enraíza fortemente na cultura e no imaginário do poder. Decerto que as diferenças sociais em relação ao alimento sempre existiram, mas características quantitativas tendiam a serem preponderantes em relação às características qualitativas. Goody (1982), por seu turno, estudando culturas alimentares em regiões africanas, questiona o porquê da não existência de uma cozinha diferenciada até um determinado período, sustentando a tese de que as diferenciações das práticas alimentares irão atingir maior complexidade à medida que a sociedade também se torna complexa.

Em relação à cidade de Salvador, muito teria a se estudar dentro desta perspectiva. Cidade marcada pelo trabalho escravo durante quase três séculos, seguida por quase um século de letargia, só irá sentir os sopros da modernidade a partir da década de 1950, desencadeada mais inicialmente no Recôncavo Baiano com o advento da Petrobrás e a Sudene dentre outras instalações. Tal processo irá afetar a estrutura socioeconômica emergindo a formação de classes sociais urbanas sob a édige do trabalho assalariado (Oliveira, 2003).

Certamente, este processo definiu novas relações entre o comer e a sociedade soteropolitana. Vejamos um pouco mais a trajetória de João que pode ser bem ilustrativa. João, um homem negro com os seus 46 anos no momento da entrevista, demonstrou ser oriundo das camadas populares e que ingressou na Petrobrás como operário há pelo menos duas décadas. Vale lembrar que naquele período trabalhar

na Petrobrás era um símbolo de status. Ainda com uma boa dose no ufanismo nacionalista que esta empresa estatal representava, aliado a uma cidade mergulhada no mar de desemprego sem muitas opções de trabalho, a Petrobrás representava para os baianos um signo claro de ascensão social. É o que deve ter acontecido com João, tendo em vista a sua atual situação econômica. Até quatro anos antes da entrevista, João se considerava pertencer ao "grupo dos gulosos" e oferece importantes informações sobre o circuito gastronômico popular de Salvador. As suas práticas alimentares envolviam o consumo de acarajés – comia três de uma só vez – moquecas de camarão, de miraguaia, rabada, dentre outras iguarias:

> No mínimo três vezes na semana eu ingeria ou a rabada, ou... Na semana eu comia: segunda-feira era Miraguaia, toda segunda tinha ou miraguaia ou moqueca de peixe. Na praia, nas programações que a gente ia, era aquela coisa assim, vinha às sextas-feiras era 'Flor do Engenho' que eu comia moqueca de peixe, camarão seja lá o que for. Quarta-feira ia pro (...) comia rabada, feijoada essas coisas todas. Final de semana incentivava minha mulher a fazer feijoada. Aí analise só, juntando isso tinha um mundarel de gordura dentro de mim (...) Ainda tinha os acarajés de Cira que eu ía dia de sábado. Aquela coisa o povo come!...Não! Eu gostava, mas era mal-educado, agradava, mas era mal-educado (João).

Fica a questão: o que realmente mudou na vida de João e de outros entrevistados – como também de outros baianos passando por processos similares – além das questões individuais aqui foram tratadas que impulsionaram tais mudanças em seus projetos de vida nesta virada de século? De outra perspectiva, o que será que mudou nos projetos da cidade de Salvador que tem de alguma maneira possibilitado tais processos de mudanças?

O omnívoro soteropolitano moderno

O presente capítulo procurou refletir, a partir dos discursos dos entrevistados, as relações estabelecidas com o comer, assim como as mudanças e permanências das práticas alimentares na direção do que se concebe atualmente como alimentação saudável. A partir destas relações, diferentes representações do comer foram delineadas. Oscilando entre a necessidade e prazer, alguns entrevistados revelaram, de um lado, que "sem

comer não sobrevive" ou "se não comer morre"; comer é "uma necessidade que o ser humano tem para a sobrevivência'', "é satisfazer o organismo", "manter as energias necessárias do corpo", ou ainda de que se tratava de uma questão de rotina: "uma questão de necessidade, eu como, passo a fome, como de novo...". Um dos entrevistados ainda resgatou a metáfora do corpo enquanto a máquina em que "tudo trabalha certinho e tem razão de ser", para interpretar o papel do comer.

De um outro lado, foi apontada a sua relação com o prazer através, por exemplo, de uma possível busca do prazer quase que perdido:

> Quantas pessoas chegam ao Mac Donald e comem com voracidade aquilo e vai matar a fome física. Quer dizer, não é você comer, bater um papo, botar um molhinho, tem aquele ritual que acho que é mais gostoso comer. Então quando eu me vejo nessa ansiedade de comer sem nem sentir o paladar (Ilda).

Além das sensações de prazer estarem presentes na memória e as lembranças que emergem quase ao acaso reavivando os desejos e vontades; as sensibilidades também foram expressas por outros sentidos como a sedução do olfato: "eu gosto de sentir o cheiro da comida, chegar em casa e às vezes sentir o cheiro do portão, eu já sei que estou com fome mesmo, eu vou chegar lá e comer, eu como muito pelo cheiro". Apesar das relações com as necessidades orgânicas e com a promoção do prazer, comer pode ser também um ato perigoso e, conseqüentemente, exige cuidado: "tudo que é gostoso, é prejudicial, o que é ruim é bom para a saúde...". Outras noções mais também foram aludidas como a idéia de que comer é um "vício", ou ainda um "refúgio" como foi a declaração de Dalva.

Muito teria a se discutir sobre cada categoria que foi associada ao comer, e várias outras possibilidades de categorização, relacionadas com as formas de pensar, representar e agir sobre o comer. O comer e a comida conseguem congregar polaridades em um mesmo ato: fonte de prazer e de preocupações, de refúgio e conforto, saúde e doença, salvação e morte, traduzindo em múltiplos paradoxos. As suas múltiplas representações estão historicamente associadas às relações que os sujeitos estabelecem com o corpo, consigo mesmo, com o outro, e com o meio em que vive. Foram marcantes as mudanças nas concepções sobre o corpo e a corporalidade para desencadear alguma mudança nas práticas alimentares: "quando você não liga para o seu corpo, pouco importa o que tenha para comer, a quantidade...", como declarou Dalva. Ou seja, como

eu penso e ajo sobre o meu corpo, está relacionado como eu penso e ajo sobre as minhas práticas alimentares.

No que tange ao mundo contemporâneo, diferentes aspectos têm sido estudados com o objetivo de compreender as relações com o comer. Pensemos em tais elaborações para o contexto urbano da cidade de Salvador, em sua condição de uma capital brasileira. A questão central seria: em que medida a cidade de Salvador tem provocado rupturas e/ou permanências no que tange às práticas alimentares?

Observando a dinâmica nacional, os estudos epidemiológicos na área de alimentação e nutrição têm apontado um significativo aumento da obesidade em todas as camadas sociais. O aumento da prevalência da obesidade no Brasil é relevante e proporcionalmente mais elevado nas famílias de baixa renda, convivendo com os quadros historicamente persistentes de fome e desnutrição. Tais estudos também apontam para modificações importantes no consumo alimentar, marcado por um aumento do consumo de alimentos de origem animal – ampliando assim o consumo de proteínas e gorduras saturadas –, excesso no consumo de açúcar, presença insuficiente de frutas e hortaliças na dieta e redução do consumo de alimentos básicos como arroz e feijão e ainda um aumento bastante significativo do consumo de alimentos industrializados, como biscoitos, refrigerantes (Monteiro e outros, 2000; Garcia, 2003; Levy-Costa e outros, 2005).

Estes processos ocorrem em todas as classes sociais, evidentemente guardando as suas diferenças como, por exemplo, à medida que aumenta a camada de rendimento, aumenta a redução do consumo de alimentos básicos como arroz e feijão. São a estas tendências de consumo alimentar que são atribuídas, ao menos em parte, ao aumento da obesidade e a importância crescente de doenças crônicas não transmissíveis no perfil de morbi-mortalidade da população brasileira a que chamamos de “transição nutricional”.

Estes estudos apresentam limitações que os próprios autores ressaltam por se tratar apenas do consumo domiciliar, não considerando a importância crescente das refeições fora de casa. Lembra-se ainda que o almoço é uma destas principais refeições e que é considerada a mais importante na nossa cultura. Por conseqüência, o almoço é a refeição que possui o maior aporte calórico-nutricional e a participação dos alimentos considerados essenciais como, por exemplo, o feijão. Além disso, pode-se refletir na direção que a redução participativa do arroz e feijão, pode estar associado ao aumento do consumo de alimentos de origem animal, neste aporte calórico.

Em um estudo em Salvador já apresentado no capítulo II, 95,6% dos adultos entrevistados revelaram consumir feijão sendo que 65,7% disseram fazê-lo de 4 a 7 vezes na semana. O arroz, por seu turno, foram 94,0% que disseram consumi-lo e sendo que destes, 91,5% o fazia de 4 a 7 vezes na semana. (Assis e outros, 2002). São dados bastante significativos que nos leva a questionar se este padrão se encontra em risco realmente. Por outro lado, a feijoada só fez parte do consumo de 42,8% dos entrevistados tendo a sua maior freqüência de consumo entre 1 a 3 vezes por semana (49,2%). Já a farinha, marca das dietas nordestinas, teve o seu consumo revelado por 61,9% dos entrevistados, sendo consumido por apenas 1,9% na freqüência de 4 a 7 vezes na semana e por 49,0% de 1 a 3 vezes por semana, indicando que a combinação feijão e arroz parece ser mais significativa do que feijão com farinha.

Em contrapartida, alimentos consagrados do que se chama "culinária baiana" não apresentam a mesma performance. O peixe, por exemplo, a que muitos atribuem a base da alimentação do baiano, 73,3% referiram consumir e apenas 5,6% situaram numa freqüência de 4 a 7 vezes semanais. A grande concentração foi para de 1 a 3 vezes semanais perfazendo 63,3% e 17,9% quinzenalmente, sendo bem menos significante que o consumo de aves e de carne bovina. A moqueca, prato típico baiano teve o seu consumo referido por 58,9% dos entrevistados e dentre 43,5% referiram consumir numa freqüência de 1 a 3 vezes por semana. Performances que indicam uma menor participação nos hábitos alimentares do baiano também foram observadas na utilização do azeite de dendê (inferior até do bacon e toucinho), nas raízes como inhames e aipim, e de preparações típicas como a rabada, sarapatel, mocotó, contrapondo a significância do consumo de preparações como o cachorro quente, hambúrguer e outras frituras.

No que tange à distribuição das refeições, o estudo supracitado ainda identificou que a maioria dos adultos entrevistados concentrou no almoço a maior quantidade de alimentos correspondendo a 74%, seguida do jantar por 11,2%. O café da manhã, lanche e ceia corresponderam a 4,6%; 2,1%, 0,4%, respectivamente. Os dados possibilitam inferir que o padrão de três refeições persiste nas práticas alimentares dos soteropolitanos.

Este padrão alimentar também sofre interferências com as práticas dos regimes dietéticos. O mesmo estudo ainda identificou que 31,1% dos entrevistados adultos fazem algum tipo de dieta e que destes 56,7%

relevaram que o motivo é o controle do peso. Além de cerca de um terço da população adulta estudada referir ao uso de algum tipo de dieta, esta significância aumenta quando observamos que 52,4% revelaram fazer algum tipo de restrição alimentar. A principal foi relacionada às gorduras e frituras (69,3%), seguida pelos doces (36,1%), carne vermelha (21,3%) e sal (20,0%). Os principais motivos para a restrição a estas preparações ou grupos de alimentos residem na doença (32,1%), ou porque o entrevistado acredita que o alimento faz mal ou engorda (29,4%), ou para controle de peso (24,0%) (Assis e outros, 2001).

Em suma, podemos inferir, com uma larga margem de erro, que o padrão alimentar dos soteropolitanos, baseados em três refeições diárias e no clássico feijão e arroz, ainda estão longe do risco de desaparecer, embora estejam em curso inúmeras mudanças. Podemos considerar significativo que cerca da metade da população estudada manipulassem de alguma forma as suas práticas alimentares em certa consonância com os padrões vigentes da alimentação saudável contemporânea. De fato, não há dados consistentes para tal afirmação demandando estudos. O aumento do consumo de produtos novos, sobretudo os industrializados, a prática de refeições fora de casa, além das práticas alimentares restritivas, conforme foram observadas no parágrafo anterior têm certamente alterado as práticas alimentares dos soteropolitanos.

Além destas dimensões mais objetivas das mudanças impostas ao cotidiano da cidade em que o estudo tem sido realizado, os sujeitos também apresentam as suas formas de subjetivação reelaborando as suas experiências alimentares a partir dos discursos que legitimam as recomendações, conforme foi visto neste capítulo. Os entrevistados apresentaram as suas interpretações em relação às informações em curso, selecionaram, re-elaboraram, adaptaram, construindo o seu próprio arcabouço teórico-operacional de referências alimentares com o intuito de que as mesmas façam sentido para as suas vidas. Eles foram, em diferentes momentos, céticos, indiferentes, fanáticos, ou desconfiados, ou ainda negaram, afirmaram, elegeram as práticas e ações que acreditavam serem fundamentais para as suas vidas, não se restringindo a seguir as novas regras alimentares, e sim, procurando restabelecer novas interações com o comer e consigo mesmo. As relações com o comer foram, para a maioria, uma verdadeira batalha travada com eles mesmos e com o cotidiano, batalha permeada de sucessos e fracassos, e o medo das derrotas que figuram este campo na direção de modificar as suas práticas alimentares.

Dentre as mudanças mais significativas destacamos três: as novas formas de pensar a alimentação em termos da polaridade quantidade e qualidade; a questão da reflexão alimentar e individualização do comer. As três categorias estiveram presentes em todos os discursos, embora em diferentes níveis de interpretação e uso.

A relação entre quantidade e qualidade foi bem marcante para todo o universo empírico, indicando uma possível transição do primeiro em relação ao segundo como principal norteador do comer. É bom ainda ressaltar que a dimensão qualidade está associada ao alimento saudável que, por sua vez, pareceu estar mais próximo à sua qualidade nutricional, sobretudo a sua quase que isenção de gorduras e baixo valor calórico, do que ao seu valor sanitário. Apenas três entrevistados fizeram referências mais consistentes em relação às preocupações sanitárias, sendo que dois destes eram os integrantes do grupo "sempre cuidei da alimentação", o que lembra a relação histórica entre alimentação natural e o valor sanitário dos alimentos. Com esta nova forma de pensar o comer, novos alimentos têm sido eleitos - assim como novas sensibilidades a eles; novas formas de preparação, novos sabores e ainda um processo de reeducação fisiológica que se traduz em "acostumar o organismo a comer menos". Na verdade, a história bio–psico-fisiológica do corpo também tem sido reconstruída neste processo, ao lado da história das práticas sócio-culturais.

O comer passa a ser um objeto de reflexão para os entrevistados. Pensar antes de comer, o que comer e as conseqüências de consumir determinado alimento esteve fortemente presente nos discursos dos integrantes do universo empírico. Tal afirmação foi válida para todos entrevistados com graus e natureza diferentes, sendo esta reflexão bastante reduzida nos momentos de compulsão alimentar relatado por alguns, o "comer sem pensar". Esta reflexão ativa sobre o comer nem sempre pareceu se dá de uma forma claramente consciente, uma vez que muitos entrevistados demonstraram ter "consciência" das mudanças nas trajetórias e atitudes alimentares no decorrer da entrevista. Isso indica a "sutileza" com que as mudanças nas práticas alimentares se instalam no micro universo da vida ordinária dos sujeitos, muitas vezes subvertendo as ordens sem que sejam claramente percebidas.

Mas, evidentemente, o comer como nunca deixou de ser um objeto de reflexão. Em um largo nível de variação, e submetidas as diferentes condições de possibilidades, os sujeitos refletem e apresentam algum grau de decisão sobre o que – ou o que não – comer e beber, o quanto comer. Mesmo sob

força das instituições, tomamos algumas decisões na hora de servir à mesa do que e quanto colocar no prato, em algum grau, os desejos alimentares dos membros da família também podem entrar de alguma maneira e, de acordo com as condições de possibilidade, nos processos decisórios da definição do cardápio alimentar da família[2]. O que significa dizer que o processo decisório dos indivíduos nunca foi nulo ao longo da história.

Como afirma Kaufmann (2005), a reflexão dietética é um dos mais antigos saberes da humanidade e aos grandes dietistas tradicionais cruzam as prescrições sagradas com a aquisição da experiência, transmitidos de geração a geração. Eram saberes, ainda afirma o autor, que assumiam uma forma fechada e imperativa, subordinados as crenças que tem a sociedade no seu conjunto e fundadas sobre as ligações entre o saber e as sensações. A ruptura decisiva começa a operar nas Luzes que abria uma via para o verdadeiro pensamento científico no qual a sacralidade reside na razão.

Todavia, no contexto contemporâneo, a reflexão alimentar em seu processo de secularização e racionalização inerentes ao processo de modernidade, produz a chamada cultura gastro-anômica, conforme já referido, caracterizada por três fenômenos concomitantes: a situação de abundância alimentar, a redução do controle social através do processo de fragilização do peso das instituições sobre a vida humana, e a multiplicação dos discursos sobre alimentação. Tais fenômenos induzem a uma suposta liberdade ao indivíduo que vive sob a sua única opção: a escolha.

Sobre a tirania da escolha, Fischler (2005) observa em seu estudo os diversos comportamentos frente às opções de escolha em diferentes países. Questionando sobre a opção de fazer escolha entre 50 ou 10 perfumes, os americanos escolheram ter a disponibilidade de 50 opções diferentemente dos outros países que preferiram 10, considerando fatigante a opção anterior. Concluiu-se que a cultura da escolha era uma dimensão importante para a cultura americana. O Reino Unido teve uma pequena proximidade em relação à perspectiva americana.

Sejam quais forem as disponibilidades de opções, o ato da escolha, implica em tomada de decisões que exige uma reflexão contínua e permanente e, sobretudo operacional. Sendo a reflexão, como afirma Giddens (2002), uma característica definidora da ação humana, ele ganha importância na medida em que o indivíduo passa a ser construtor do seu destino corporal e por conseqüência das suas práticas, como ainda precisam ser constantemente

examinadas e reformadas à luz de informação. Esta reflexão, não obstante, deve ser operacional, prática e rápida, pois com a velocidade do mundo moderno poderíamos questionar o tempo disponível para tal ato especialmente a reflexão alimentar, uma vez que a mesma é parte do cotidiano ordinário que colocamos em prática ao longo de toda uma jornada diária.

Outro fator correlacionado refere-se à progressiva autonomização dos indivíduos, a individualização do comer, neste processo decisório sobre o comer. O comer *light* exige um indivíduo desvencilhado das disciplinas alimentares anteriores fundadas em estruturas institucionais a exemplo das familiares. Os progressos nos produtos alimentícios fáceis de preparar, o aparato tecnológico da cozinha, a noção do trabalho como definidor dos ritmos alimentares dos sujeitos e a conseqüente desincronização das refeições no âmbito familiar contribuem para esta autonomização do comer, quebrando a tradição do “comer junto”. Esta prática já vem ocorrendo no Brasil há tempos. Canesqui (1976) observou em seu estudo realizado nos meados da década de 1970, a prática das refeições individualizadas no café da manhã definido pelos diferentes horários de partida dos membros da família, seja para o trabalho ou para a escola, a prática do almoço no local de trabalho, especialmente para os homens adultos, sendo o jantar um momento de possível reunião.

Resta-nos questionar como tais fenômenos se configuram no contexto soteropolitano: um quadro que amplia a abundância alimentar, mas não excluem os problemas nas condições de acesso para muitos, deixando uma interrogação sobre como funcionam as possibilidades de opções e escolhas alimentares para os sujeitos. Soma-se a isso, o questionamento sobre qual seria o peso das instituições nas decisões dos sujeitos em uma sociedade marcada pela sobreposição do moderno e do tradicional, nos deixando ainda a interrogação de como isso é operacionalizado no cotidiano alimentar. Outros estudos são necessários para iluminar esta problemática.

Poderíamos inferir que a imagem do comer compulsivo e solitário tão divulgado pelo discurso médico-nutricional como fonte de todos os males vinculados à alimentação e saúde, é uma imagem metafórica que não tem indícios claros de serem reais no mundo, muito menos no nosso contexto. O almoço no local de trabalho, por exemplo, também é marcado por uma socialização que é seletiva, ou seja, almoça-se com o(s) colega(s) de trabalho que mais possui identificação, ou com outros amigos que se marca encontros para revê-los neste momento. Pode-se convidar um colega novo do trabalho

para melhor conhecê-lo, pode-se sentar ao lado de um colega que não é tão próximo, mas simplesmente para fazer companhia se ele estiver sozinho, ou convidá-lo para sentar junto ao grupo, pois resta ainda entre nós uma não aceitação da solidão especialmente ao comer. Trata-se de uma complexa rede de interações na qual se escolhe as companhias como também a comida nos nossos típicos restaurantes a quilo.

O próprio comer em um restaurante *fast food* é um ponto de encontro típico dos adolescentes, faz, por vezes, muito mais sentido se for com os amigos e colegas. Há uma pluralidade de possibilidades de socialização ao comer no mundo contemporâneo – como as próprias tentativas de preservação das tradições do comer à mesa, movimentos como o *slow food* - e que não pode ser apenas reduzido em um ato solitário e compulsivo. A desestruturação do comer é acompanhada por novas formas de estruturar, ainda que sejam "fluidas" aos nossos olhos, elas se conformam, seja retirando a intermediação dos talheres, retornando o contato do alimento com as mãos ou aceitando desafio de experimentar outras possibilidades, instrumentos como os *chopsticks* das culinárias orientais, seja dispensando o ritual da mesa, ou qualquer outro gesto alimentar; enfim, novas formas eclodem.

Finalmente, oscilando entre as práticas neofóbicas e neófilas, entre tentações do comer e os riscos mais diversos envolvidos nela, entre promover saúde ou atender os prazeres hedônicos, entre a liberdade e as incertezas; o omnívoro soteropolitano vai conduzindo o seu comer, construindo o seu mundo e demarcando as suas identidades alimentares no cenário desta terra que ainda preservam os aromas da maresia e do dendê.

Notas

[1] Seria interessante aprofundar nesta questão da refeição similar ao almoço pela manhã típica do sertanejo, e de uma grande parcela da população mundial. Em um passeio matinal na cidade de Salvador, é possível observar nos locais de trânsito e de concentração de trabalhadores das camadas populares, as refeições "pesadas" consumidas pela manhã antes do trabalho. Chamou a atenção em uma visita à Feira de São Joaquim em um domingo por volta das 7 horas pela manhã, em que inúmeros feirantes estavam fazendo a sua refeição antes de começar o trabalho: feijoada e mocotó. Vê-se também esta venda de refeições "pesadas" pela manhã nas ruas nas antigas "Kombi" e em tabuleiros.

[2] Vale lembrar que em um contexto familiar tradicional existe uma complexa relação de poder estabelecida entre a mãe nutriz e os filhos em relação à alimentação. A mãe pode

utilizar múltiplas táticas neste "jogo" que vão desde a camuflagem de alimentos como as verduras, por exemplo, na sua alquimia nos recônditos secretos da cozinha até o uso do poder da autoridade para convencer ou impor o consumo, utilizando até as chantagens. Já os filhos, por sua vez, podem boicotar, camuflar o consumo dentre outras possibilidades. A relação mãe e filhos à mesa sempre esteve longe de ser uma relação harmônica, sempre foi permeada de inúmeros conflitos, implícitos ou explícitos.

Capítulo VI

Sobre a reinvenção da comida, da alimentação e dos alimentos

Partindo do pressuposto de que está em curso na cidade de Salvador a idéia da construção de novos corpos sob a édige do discurso do corpo contemporâneo: magro, saudável e *light* e, ainda, de novas práticas alimentares – também *light* e saudáveis; o objetivo deste capítulo é analisar as transformações e permanências nas práticas culinárias e do uso dos gêneros alimentícios com o intuito de se adaptar às novas demandas do comer *light*. Assim como o comer, a comida e os alimentos estão sendo reinterpretados, reinventados, sendo alguns excluídos outros re-introduzidos e outros ainda sendo transformados a fim de se adequar a esta nova ordem corporal e alimentar. Por outro lado, corre em paralelo, a reinvenção das tradições alimentares na busca de afirmação de identidades, mas também estimuladas pelos investimentos turísticos produzindo ícones alimentares.

Todavia, vale ressaltar que, embora utilizando elementos históricos para melhor compreender estes processos de transformações e permanências, não se pretende reconstruir uma história da alimentação e dos alimentos na cidade de Salvador, e sim identificar pistas das trajetórias das práticas alimentares que vêm assumindo a noção do *light* na interpretação do "alimento saudável" e/ou do "alimento nutritivo" que, por sua vez, coaduna com a noção da modernidade alimentar.

O capítulo será dividido em cinco partes: primeiro abordaremos brevemente aspectos sobre a culinária denominada como "brasileira" e também a "baiana"; como os sujeitos as interpretam e as trajetórias perseguidas rumo a uma culinária *light*. Reconhece existir uma espécie de "*lightização* da culinária e do comer". Em seguida, serão estudadas algumas mudanças nas preparações culinárias na direção de uma alimentação mais saudável tratando em especial de algumas considerações sobre a feijoada. A parte conseguinte tratará de alguns gêneros alimentícios mais representativos nas refeições dos brasileiros e soteropolitanos e as suas transformações de sentidos e significados. Não terá a pretensão de recompor os itens pertencentes a cada refeição principal, mas sim a de avaliar elementos sobre o papel específico de alguns produtos principais no regime alimentar, a posição e a importância que cabe a cada um dentro do *sistema* que se organiza como uma unidade coerente e que vem se modificando passando de um modelo alimentar tradicional para um moderno *light*.

A penúltima parte tratará das representações dos nutrientes neste contexto contemporâneo alimentado pela difusão científica de informações sobre os mesmos, focando em especial o mais polêmico que são as gorduras e o colesterol. Por fim, as considerações finais tratarão das classificações dos alimentos entre bons e ruins, saudáveis e não saudáveis, nutritivos e não nutritivos e outras formas de categorização no bojo destes novos paradigmas alimentares.

Reinventando a culinária

A instituição de novas disciplinas corporais e alimentares implica necessariamente na instituição de uma nova culinária, como também de uma nova gastronomia[1]. Por conseqüência, novos saberes e práticas no trabalho culinário, novos códigos, regras, normas e taxionomias são produzidos. No contexto contemporâneo, emergem noções como a da cozinha *light* que funciona dentro de um novo sistema de codificação utilizando novos critérios para selecionar os gêneros alimentícios com baixa caloria e teor de gorduras, portanto, menos calórico. A cozinha *light* se traduz em uma apropriação de novos saberes e práticas em termos de preparação que reduzam a gordura dos alimentos, os tornem nutritivos, e ainda uma nova postura ao comer frente às culinárias tradicionais. Prossegue afirmando os valores da natureza, da leveza e do prazer em comer, a alegria dos coloridos dos pratos. Na visão de Fischler (2001), há uma feminilização do comer, todavia, poderíamos supor o estabelecimento de novas relações entre os gêneros, uma vez que os próprios valores femininos e masculinos têm sido constantemente reconstruídos, especialmente no decorrer do século XX.

Claude Fischler (1996) define a cozinha não como apenas um conjunto de ingredientes e de técnicas utilizadas para transformar e preparar os alimentos, mas também, fundamentalmente, um sistema complexo de normas e regras implícitas estruturando as representações e os comportamentos. Maciel (2005) ressalta ainda a relação da cozinha com a identidade social, entendendo esta última como um processo dinâmico vinculado a um projeto coletivo que inclui uma constante reconstrução. A cozinha nesta percepção não pode ser considerada como algo dado e nem imutável. Podem ser representadas pela substituição de elementos ou pela adição de algum de forma complementar ou suplementar. As substituições podem ascendentes, com a elitização de algum

produto ou descendentes com a popularização de outros. Enfim, são inúmeras as possibilidades de mudanças dentro de um sistema alimentar. Assim, cada cultura possui uma cozinha específica que implica em classificações, taxionomias particulares, um conjunto complexo de regras sobre a preparação e combinação de alimentos relacionada como outros aspectos culturais do grupo a que se vincula.

Vale ressaltar a noção abstrata que permeia as culinárias nacionais: a exemplo da culinária francesa, japonesa, mexicana e brasileira são concepções que seguem as próprias construções dos Estados nacionais e, por conseqüência, os símbolos de identidade como lembra Carneiro (2003). Tal como a língua, a culinária é um destes símbolos. No entanto, submersos a estes conceitos integradores da ideologia da "identidade nacional", residem variações e contraposições que vêm das culinárias regionais. Algumas são sufocadas, às vezes o nacional se impõe ao local, outras são valorizadas, enfim, trata-se de um complexo jogo de interações entre estas duas instâncias. Os estudos sobre as alimentações nacionais na Europa, não por acaso, coincidem com a formação dos Estados nacionais no século XIX e, na América Latina, vêm a ocorrer no segundo pós-guerra (Carneiro, 2003).

No Brasil, a discussão que permeou a primeira metade do século XX, elegeu a feijoada como o "prato emblemático", símbolo da identidade nacional, junto à combinação arroz e feijão como o prato cotidiano do brasileiro. Tais símbolos foram eleitos ao lado do samba e da beleza mulata como a síntese da beleza brasileira, se tornando grandes expressões de brasilidade. Neste processo, as demais cozinhas foram reduzidas à "culinárias regionais" como a mineira, a baiana e a gaúcha, por exemplo. Este diálogo entre a culinária nacional e as culinárias regionais – e ainda, cada vez mais a culinária internacional – representa efetivamente as relações estabelecidas entre as diferentes regiões do país.

A relação entre o nacional e o local[2] também expressa os diálogos entre o tradicional e moderno no Brasil. Por exemplo, se entendemos que o homem contemporâneo é capaz de construir a sua própria identidade, ele também será capaz de construir os seus gostos alimentares, uma vez que este se trata de um marcador de identidade. Isto pode ser ilustrado com a rejeição dos sabores do coentro, por exemplo, um importante ingrediente da culinária do Nordeste, que pode marcar uma espécie de negação de uma identidade tradicional na busca da afirmação de uma identidade moderna. Por outro lado, entendendo que ser moderno significa ser global, tal atitude não impedirá que o mesmo

sujeito possa apreciar a culinária tailandesa ou a mexicana, culinária que crescem o seu valor no mundo global atraído pelo "gosto exótico", cuja presença do coentro é marcante. O mesmo poderia afirmar em relação ao consumo de carneiro também típico em Regiões do Nordeste que diferencia quando presente em pratos espanhóis, por exemplo. Há também quem prefira rejeitar o sabor do arroz e feijão em prol do sabor das massas, por exemplo, para o comer cotidiano, fenômeno quase que mundial frente às referências positivas da dieta mediterrânea. A predisposição prévia, antes da experimentação, para aceitar ou não um novo gosto, bem como reafirmar ou rejeitar o antigo, é um fator primordial também para acolher um novo sabor no seu repertório de preferências e, por conseqüência, a construção identitária.

Em se tratando do contexto alimentar contemporâneo brasileiro na entrada do século XXI, alguns aspectos merecem destaque. O primeiro seria a disseminação da culinária internacional no Brasil sob o signo da mundialização. Não se trata de um fenômeno resultante apenas dos processos migratórios estabelecendo diálogos com os locais, mas uma transferência estrutural das culinárias, facilitadas pelos avanços tecnológicos que permitem a circulação maior dos produtos e das técnicas de produção das culinárias. A fome do gosto do outro, como expressa Kaufmann (2005), tem produzido este processo e disseminado para diferentes locais do país, destacando em especial as cidades turísticas e de negócios. Não parece ser suficiente promover a cultura alimentar local, é necessário internacionalizar o gosto da cidade para internacionalizar o turismo, fenômeno que parece estar em curso em Salvador tendo em vista a multiplicação de restaurantes de culinárias internacionais.

Referindo-se a culinária alimentar local, este é um outro fenômeno importante: o fortalecimento das culinárias locais brasileiras, que pode ser observado pela nacionalização de alguns itens tais como o pão de queijo, o acarajé, o churrasco, que vêm de culinárias já estabelecidas – a mineira, baiana e gaúcha – como ainda o "emergente" açaí, e os produtos do cupuaçu que podem ser consumidos por todo o país. Apresentam-se mais ativamente as culinárias da Região Amazônica e seus festivais gastronômicos, culinária goiana, expressando os múltiplos gostos brasileiros. Observam-se ainda nos processos de tornar produtos alimentares brasileiros como patrimônio imaterial cultural como o próprio pão de queijo e o acarajé. A busca pela diversidade, a valorização dos conceitos de culturas populares, como fenômenos que aparecem no bojo dos fenômenos de globalização e mundialização, participa deste processo de

fluência das diversidades culinárias do país, como uma busca dos marcadores identitários. Além disso, fenômenos de fusão da culinária local com a internacional também podem ser observados como tem acontecido em restaurantes de luxo em Salvador e Recife, fundindo as culinárias locais com a francesa, em especial.

Não se pode esquecer neste cenário a importância do *fast food*, capitalizado pelas cadeias de lanchonete como a McDonald's, sendo o Brasil o oitavo mercado mundial desta empresa (Garcia, 2003), mas também a *Pizza Hut*, *Burguer King* dentre outras que se instalam no Brasil. O "gosto americano", que se confunde com o gosto global, se dissemina no país junto aos ícones do *american way of life*, nos meados do século XX, e que persiste na cultura brasileira apesar de todo o processo de diabolização desta forma de comer urbana.

Os *fast food* não anulam as "comidas de rua" integradas por um complexo e diversificado conjunto de opções alimentares oferecidas à classe popular em particular. A precarização do trabalho no Brasil, com uma vasta rede de mercado informal, compõe esta fatia do mercado alimentar que tem, de um lado, desempregados produzindo alimentos a serem vendidos nas ruas, nas portas de escolas e outras instituições com um menor custo, buscando a sua sobrevivência; e de outro, indivíduos que buscam refeições baratas, rápidas e consistentes, muitas vezes também inseridos no trabalho precário e/ou informal para garantir a sua sobrevivência. Pouco explorado do ponto de vista científico, trata-se de uma vasta rede que compõem, de maneiras peculiares, as paisagens citadinas brasileiras.

Um outro aspecto – e central para este estudo – seria uma espécie de fenômeno da *lightização* do comer, que interfere na construção de um sistema culinário próprio, com suas normas e regras específicas, trabalhando novos critérios de classificação dos produtos eleitos e produzidos para o seu sistema, bem como uma nova eleição das técnicas de preparação culinária. O fenômeno da *lightização* também interfere em outros sistemas culinários tradicionais criando versões *light* para diferentes preparações: feijoada *light*, moqueca *light*, as mudanças dos cardápios do *fast food*, como a oferta de saladas, a quase que obrigatoriedade de informar o valor nutricional das preparações, dentre várias outras estratégias; ou ainda uma forma *light* de comer os pratos tradicionais: comer mais salada do que o prato principal, substituir ou excluir algum item tipo a farinha de mandioca que aparece como "excedente", dentre outras formas já abordadas no capítulo anterior.

O fenômeno da *lightização* também estabelece critérios de eleição de culinárias saudáveis a exemplo do *status* da culinária italiana e a quase que exclusão da culinária chinesa. Ou ainda, a *status* da chamada da dieta mediterrânea, considerada uma invenção dos nutricionistas americanos que elegem pratos e itens considerados saudáveis, homogeneizando, higienizando, descontextualizando e globalizando a referida dieta. A dieta mediterrânea elevou a culinária italiana talvez mais do que qualquer outra, como a forma correta de selecionar, preparar e consumir os alimentos (visão que por sinal tem impulsionado o mercado de gêneros alimentícios italiano veementemente). Todavia, desta concepção *light* do comer italiano, são excluídos diversos produtos e pratos que não seguem os princípios modernos do comer *light*. A culinária japonesa, após transpassar as barreiras do "comer peixe cru" e quando não confundida com a chinesa por alguns, também se eleva para o status de saudável. Já a culinária chinesa não parece ter o mesmo *status*, e tem a sua reputação histórica disseminada no senso comum abalada por conta das questões de higiene. Na verdade, as culinárias no mundo global não são mais do que a redução a alguns pratos específicos, escamoteando as diversidades de opções existentes em cada sistema alimentar, produzidas pelas construções históricas do corpo e do comer.

Notas sobre o cenário alimentar soteropolitano

A Bahia é o local onde ocorreu uma das primeiras (re) invenções das formas de fazer comida e de comer no Brasil a partir da chegada dos portugueses, miscigenando matrizes culinárias distintas que até então se desconheciam quase que completamente.

A primeira imagem ao se pensar na chamada "culinária baiana" é a sua influência africana que tem como ingrediente símbolo o azeite de dendê, seguido pela pimenta, e as preparações emblemáticas como o acarajé e a moqueca. Todavia tais imagens escondem a complexidade que paira sobre ao que se chama de "culinária baiana". Em primeiro lugar, a denominação da culinária baiana expressa a dominação política e cultural da capital em relação ao seu Estado. Escondem-se as múltiplas culinárias da Bahia como a comida sertaneja, a comida do oeste baiano que tem mais proximidade com a região central do Brasil, da Região da Chapada Diamantina dentre outras formas de comer que diferem radicalmente do comer soteropolitano. O que se chama

de culinária baiana é a uma espécie de "soma" do comer soteropolitano e do Recôncavo Baiano, o pólo urbano e rural, respectivamente, do Brasil colonial.

O segundo aspecto é a centralização na chamada "comida de azeite", que descartam todo um amplo complexo gustativo do comer da velha cidade da Bahia que não tem a supremacia do azeite de dendê: são das frigideiras – de aratu, maturi, bacalhau, camarão seco com repolho – as versões baianas de cozidos, feijoadas, mocotós, sarapatel e dobradinha, as maniçobas do Recôncavo, os assados e cozidos de carnes do boi, porco, e aves, os escaldados, pirões e farofas onde reinam a farinha de mandioca, peixes fritos ou de escabeche, quiabada, os tira-gostos como os bolinhos de bacalhau, lambreta, casquinha de siri, petitinga, as merendas e café da manhã como os beijus, cuscuz, bolos de tapioca, puba, carimã; os mingaus de milho, canjica, xerém, tapioca, mungunzá, o bolinho de estudante, os doces de frutas típicas, ambrosias, cocadas, quindins, enfim, há uma lista inesgotável de receitas e iguarias da cidade (Amado, 2003; Vianna, 1994; Costa Pinto Netto, 1986). Embora algumas não sejam "exclusivas" da culinária baiana, muitas possuem versões e especificidades nas formas de fazer que os caracterizam como locais. O grande exemplo é a feijoada que em Salvador é feita com o feijão mulatinho. A feijoada com feijão preto, também apreciada pelos soteropolitanos, é chamada de "feijoada carioca". Além disso, a forma de preparo difere, particularmente a forma de temperar.

Terceiro, a presença da mão africana, ou melhor, das mãos africanas, escondem, ou procuram omitir, de certa maneira, as mãos portuguesas e indígenas nesta construção culinária. Se, por exemplo, analisarmos a moqueca de peixe, podemos verificar um prato miscigenado que toma como matéria prima principal o peixe captado pelos indígenas, utilizando uma técnica de preparação portuguesa e acrescendo o toque africano com o dendê e o leite de coco conferindo também a miscigenação do gosto. A técnica culinária pode ser considerada o traço da cultura mais elaborado e, portanto, em uma culinária miscigenada, a técnica empregada tende a ser oriunda da cultura dominante. Outro ponto interessante é que o azeite de dendê não necessariamente substitui o óleo de oliva, ou o "azeite doce" como, até os dias atuais, é chamado em Salvador. Na culinária de azeite mais requintada em um prato preparado à risca nos livros de receita tradicionais, o azeite doce é imprescindível em muitos pratos ao lado do azeite de dendê. Entendendo também que o sistema culinário

representa, ao menos em parte, as relações sociais de um grupo social, pensar na supremacia reinante da cultura africana na culinária baiana parece perpetuar o mito da democracia racial ao menos na cidade de Salvador. Um processo de miscigenação culinária não representará uma igualdade entre as partes na construção dos pratos. A lógica da dominação racial é também aí representada. Tal questão que se diferencia radicalmente quando pensamos na "comida de candomblé" em que a dominação africana é reinante, produção secreta nos tempos da escravidão, símbolo da marcação das identidades.

A idéia de "reinvenção" da África, em um processo de reconstrução dos cultos afro-brasileiros, também irá corroborar nesta análise da culinária baiana. A propósito, esta questão pode estar no bojo da compreensão do porquê da valorização da culinária baiana de azeite frente às demais. Por exemplo, as comidas da "Rampa do Mercado" parafraseando Paloma Amado (2003) em seu livro de cozinha construído a partir da obra do seu pai, o escritor Jorge Amado – cozido, feijoada, sarapatel, mocotó, maniçoba – este último, muitos soteropolitanos desconhecem – e poderíamos acrescer a dobradinha; não acompanharam o processo de ascensão das comidas de azeite. Este rol culinário que resiste e faz parte do cardápio das tradicionais Feiras e Mercados de Salvador como o Mercado do Peixe, Mercado da Ceasa, das Sete Portas e a Feira de São Joaquim. São espaços que representam uma memória viva da história alimentar da cidade e que resiste aos apelos da alimentação *light,* particularmente nas camadas populares.

Em suma, o gosto da culinária baiana é um gosto baiano, que é um gosto miscigenado, construído em seu próprio local, que possivelmente é um gosto estranho – ao mesmo tempo similar – aos povos africanos.

O cenário alimentar contemporâneo de Salvador expressa a sua complexidade, diversidade e também as desigualdades sociais alarmantes. Se observarmos as suas ruas, a marca primeira e o símbolo turístico principal são as cerca de cinco mil baianas de acarajé dispersas por vários pontos e esquinas da cidade sinuosa, mesclando os cheiros de dendê com a maresia. Todavia, não é só as baianas de acarajé que marcam a estética visual-olfativa da paisagem alimentar soteropolitana: carrinhos de pipoca, – tradicionais e modernos com as pipocas doces, salgadas, e com chocolates – os cachorros quentes, a retomada nos bairros nobres dos carrinhos com cuscuz de tapioca – cobertos com leite condensado –, o milho cozido e assado, pamonhas, balas, doces e bolos, roletes de cana, ambulantes vendem pastéis, sonhos, banana real, tabocas, amendoins cozido e torrado,

churros, em suas caixas plásticas, ambulantes com seus picolés, mingaus são vistos em várias esquinas pelas manhãs, abastecendo trabalhadores transeuntes, ou próximos aos pontos de grande fluxo como os pontos de ônibus, em frente às escolas, instituições de saúde, nos eventos festivos, nas praias e nos diversos espaços turísticos. Entre inúmeras outras iguarias, estas comidas de rua fazem parte do cotidiano da cidade e, por conseqüência, do cotidiano alimentar dos soteropolitanos, seja como lanches, seja como refeições.

Carregando em caixas plásticas ou de madeira, isopores, vasilhames das mais diversas espécies nas mãos ou pendurados ao corpo, transportando em carrinhos ou ainda na mais velha tradição de carregar na cabeça – um traço cultural de grande habilidade – marcam um caráter coreográfico destes cenários. Desfilam os vendedores de cafezinho com os seus famosos carros ornamentados e musicais. Outros vendem seus produtos entoando os cantos para "atrair o freguês": "olha ê ô!"; utilizando rimas criativas: "mulher não paga mais também não leva!"; "acabou, acabou, acabou!!! Para os aflitos só tem banana real e pastel, pois o sonho acabou!". São práticas espetaculares nas quais eles estão caminhando com uma ginga característica ou sentados nos históricos "tamboretes" próximos ao chão, quase que agachados. São cenas que percorrem a velha cidade da Bahia há séculos atrás pelos "negros de ganho".

Tradição de vender comidas na rua data de séculos onde os negros e as negras de ganho, com um elenco de comidas de origem indígena, a doçaria portuguesa e uma série de pratos africanos já tomava as ruas de Salvador:

> Quero apenas ressaltar que nesse elenco de comidas vendidas nas ruas da Bahia, no fim do século XVIII, em meio de alimentos basicamente indígenas, da doçaria de origem portuguesa e de pratos já então 'brasileiros', está uma amostra considerável de pratos africanos, tipicamente africanos, como o acarajé, o acassá, o vatapá e o abará, que hoje, duzentos anos depois, continuam a serem vendidos nas ruas da Bahia (COSTA LIMA, 1999, p. 321).

Hoje, eles são, em sua maioria, um largo contingente de desempregados em busca de recursos para garantir a sua sobrevivência, crianças para contribuir no orçamento doméstico, aposentados, e outros setores que marcam o mercado informal da cidade, em uma cidade que possui um dos maiores índices de desemprego do país.

Além dos ambulantes, das baianas de acarajé, das feiras e mercados, há uma extensa rede de estabelecimentos formais e informais que produzem refeições e lanches no cotidiano da cidade: restaurantes – tradicionais ou *self-service*, botecos, lanchonetes, bares, *fast food*, nos estabelecimentos dos shoppings, nos cultos religiosos, nas ruas, em residências, barracas, tabuleiros, quitandas e mercadinhos. Tais estabelecimentos são de intensa dinamicidade, eles abrem, fecham, re-inauguram ao sabor da dinâmica do mercado.

Os finais de semana do soteropolitano são marcados pelas tradicionais feijoadas de domingo e recentemente a entrada de outros pratos – a exemplo da lasanha nas duas últimas décadas que vem disputando espaço com a feijoada e agora reina nas classes populares. Tem-se ainda a cultura da praia que oferece um extenso cardápio de peixes fritos, lambretas, caranguejos, caldos – de sururu, feijão, camarão –; bolinhos – de bacalhau, carne seca ou queijo –, dentre outros. Pode também ser as iguarias das baianas – acarajé ou abará, além dos bolinhos de estudante e as cocadas – ou ainda os ambulantes com os seus queijos coalhos servidos com melaço, orégano, e outras combinações criativas, os sanduíches "naturais", água de coco, caldo de cana, salgadinhos, dentre outros.

À medida que o comer cotidiano paulatinamente se "higieniza" do ponto de vista calórico-nutricional, as refeições tradicionais vão se deslocando para os finais de semana e para os momentos de festividade no calendário anual da cidade. A expressão alimentar festiva representa um símbolo aglutinador no qual revivemos as tradições.

O calendário festivo de Salvador é extenso e intenso. As Festas de Largo que se iniciam oito de dezembro com a Festa de Nossa Senhora da Conceição – tendo antes a Festa de Santa Bárbara com o seu tradicional caruru no dia quatro de dezembro - até o Carnaval, seguindo a Páscoa, até o São João com as suas comidas típicas em que o milho reina. Setembro é mês de São Cosme e Damião, onde ainda reside a tradição, embora permanentemente renovada, dos carurus. O caruru também está presente na Páscoa, de forma diferenciada do "caruru de preceito" para Cosme e Damião e para Santa Bárbara. Na sexta feira da Paixão, em que o jejum marca o respeito à morte de Jesus Cristo na Igreja Católica, nas casas soteropolitanas tradicionalmente tal ritual é diferenciado. Primeiro, serve-se pão e vinho – um dos poucos momentos que o soteropolitano bebia vinho – ora-se, e em seguida, serve-se um verdadeiro banquete: caruru, vatapá, feijão de leite, efó, moqueca de peixe, peixe de escabeche, frigideira de bacalhau, feijão fradinho, em que se come à vontade e

com prazer. Nenhum dos pratos pode conter carne bovina, todos são à base de peixes e frutos do mar. Mescla um curioso momento de silêncio e luto com uma festividade gastronômica como é feito para os deuses africanos.

Vianna (1994) em suas crônicas sobre os usos e costumes dos fins do século XIX -costumes que perduraram com algumas modificações até por volta dos anos 1940 quando a Segunda Guerra Mundial praticamente virou o mundo às avessas, segundo a autora -, reconta a importância do escaldado de peru para os eventos festivos como casamentos e aniversários; o qual foi suplantado pelos estrogonofes e lasanhas que hoje invadiram as mesas populares. Possivelmente estranhos ao gosto dos locais de origem em função das suas adaptações, estas preparações estiveram ao lado do bife à parmegiana ou o bife à milanesa, dentre outros pratos que estão ficando "fora de moda" nos atuais cardápios baianos além de que já não são mais considerados como "politicamente corretos" frente aos novos preceitos alimentares.

As opções de restaurantes em Salvador ampliam e se diversificam à medida que a cidade aumenta a sua complexidade, se moderniza fortalecendo os setores de classe média como também os investimentos no turismo. Góes (2005) observa no seu estudo sobre o *fast food* em Salvador que os seus entrevistados consideram diversificadas as opções de restaurantes em Salvador. Isso tem sido uma preocupação crescente nas últimas décadas em função do turismo, não só para a culinária internacional como para a culinária baiana ou ainda, a fusão das duas como é o caso de alguns restaurantes de luxo que mesclam a culinária baiana com a francesa.

Um exemplo é o Restaurante Galpão, localizado na Praia da Preguiça, cujo cardápio é elaborado pelo Chef bretão Marc Le Dantec, indicado pelo consagrado Laurent Suadeau. A sua cozinha contemporânea mistura componentes típicos da culinária francesa com ingredientes baianos em pratos como lagosta grelhada com purê de banana, blini de tapioca, chips de acarajé, dentre outras iguarias. Vale ainda lembrar que o espaço do restaurante é também algo digno de nota nestas novas formas de distinção social: trata-se de uma região formada por seixos rolados, uma pedra arredondada mais comum na Riviera Francesa (Gastronomia, 2003)

Santos (2003b) analisa este discurso com base no pensamento de Pierre Bourdieu, apontando, dentre outros aspectos, a construção do gosto legítimo brasileiro buscando elementos nas fontes do gosto popular vulgarizado, aliando-a uma culinária erudita, que é a francesa, criando assim uma nova distinção no

comer. A “aliança” com a culinária francesa confere uma legitimidade deste gosto que é o gosto da classe dominante. É interessante notar que a busca do exótico e da miscigenação de sabores tem sido uma forte tendência na gastronomia internacional. Neste caso, o gosto distinto do brasileiro pode transformar o estrangeiro - a culinária francesa no caso - no familiar e o exótico, a nossa culinária local, no estranho.

Destaca ainda a contraposição generificada entre a famosa cozinheira e empresária Dadá representando o histórico papel feminino das baianas quituteiras que alimentam a construção de personagens como Dona Flor de Jorge Amado, com os seus dotes culinários ou cantadas na música popular brasileira como “no tabuleiro da baiana tem…” ou ainda “quem quiser vatapá… é preciso uma nega baiana que saiba mexer” presentes na tradição culinária baiana; e a emergência dos *Chefs* como os *taste makers* produzindo novos gostos reelaborando os signos distintivos, elegendo lugares não menos distintos como o restaurante referido que tem os “seixos rolados que são comuns na Riviera Francesa”, uma ambientação apropriada para o exercício da distinção social nos trópicos. Santos (2003b, p. 6) ainda destaca:

> Dá para imaginar a elegância fotogênica e delicadeza dos *chips* de acarajé contrapondo ao abundante acarajé consumido nas ruas de Salvador plenamente recheado com vatapá, salada e camarão, embrulhado em um papel comum tendo dificuldades para comê-lo sem sujar as mãos.

Entretanto, o hábito de freqüentar restaurantes como forma de lazer é um movimento relativamente recente na cidade de Salvador quando comparada com outras cidades brasileiras a exemplo de São Paulo. Parece que as práticas alimentares na noite soteropolitana têm a supremacia dos bares e botecos. São através deles que se pode realizar uma “excursão etílico-gastronômica” na cidade que revela o seu perfil, histórias e características culturais indicando a riqueza da mesa soteropolitana assim como o seu estilo de ser e de viver de acordo com as palavras que prefaciam o livro de Vicente Federico, *Guia, Bares e Botecos de Salvador* lançado em 2005. Certamente, as opções de comer, os tipos de lugares oferecidos e freqüentados são indicadores do modo de vida de um grupo social, as formas eleitas de sociabilidade e de interação. A escolha recente pelos restaurantes demonstra o processo de modernização e interação com modernidade nacional e internacional que fundem homens – e mulheres – de negócio com o grupo mais intelectualizado.

O acarajé

Ainda resta tecer alguns comentários sobre um produto alimentar que é central no cenário alimentar baiano: *o* acarajé, hoje tombado como patrimônio nacional assim como a atividade profissional da baiana. Não há nada mais típico para um turista que visita Salvador do que comer um acarajé nas suas ruas. Parece significar um ritual de passagem que marca a chegada na cidade ainda vista como cheia de magia e de mistérios. Do acará vendido pelas negras filhas de Iansã nas ruas de Salvador no período colonial, com os seus tabuleiros carregados na cabeça, o acarajé ganhou pontos na cidade instalando os seus respectivos tabuleiros comandados pelas baianas de acarajé, os quais Vivaldo Costa Lima denominou de “pequenos restaurantes verticais” (citado por Moura, 1998). Dos tabuleiros eles ganham espaços em festas, recepções oficiais e empresariais, como ainda em outros estabelecimentos nos shoppings e restaurantes. Funcionam ainda como “comida de santo” mas também como atração e curiosidade turística, lanche e merendas dos finais de tarde ao por do sol, ou até refeições.

Além dos *chips* de acarajé já citados, a iguaria ganha também versões industrializadas como a criação de José Clarindo Bittencourt do acarajé em pó que é um “produto natural, sem conservantes e de gosto aprovado”, cuja conservação é feita pela técnica de desidratação, pré-cozimento, e empacotamento à vácuo. Tais produtos são vendidos tanto para baianas de acarajé como para o consumidor em todo Brasil. O criador que lançar o “acarajé a tira-gosto” congelado pronto, aos moldes do pão de queijo para ser preparado em microondas (Acarajé em pó, 2005).

Evidentemente, tais criações não agradam a Associação das Baianas de Acarajé e Mingau (Abam), organização que tem lutado pela preservação das tradições da venda nos tabuleiros das baianas. Duas ações podem exemplificar: foi lançado um Decreto Municipal (n. 1275/98) que prevê a regularização da venda do acarajé, com a padronização das indumentárias e dos tabuleiros - e a tentativa da Associação de proibir a venda do acarajé em outros estabelecimentos que não os tabuleiros. Não apenas pela preservação das tradições, mas também para garantir o emprego das baianas de acarajé. Além disso, tem-se o projeto do “Acarajé 10” propondo o “acarajé seguro” frente à crise que gerou no setor há décadas atrás em função da excessiva contaminação por coliformes fecais, reduzindo cerca de 30% as vendas. Propõe a instituição de um selo de qualidade

para os produtos (Comida de Rua..., 2004). O acarajé está no centro de um intenso debate político-cultural entre o tradicional e o moderno, imbricando relações de classe, de gênero e de etnia. No setor de mercado já se encontra o "acarajé de Cristo" proposto pelos evangélicos que compreendem o candomblé como "coisa do diabo", encontram-se homens trabalhando no setor, contrapondo uma tradição essencialmente feminina de mulheres negras e das camadas populares. Nada mais típico para ilustrar esta movimentação como o ponto do "Acarajé da Lôra", que se situa na entrada do Horto Florestal, bairro nobre de Salvador, comandada por uma mulher, evangélica e surfista.

Está também no centro das "guerras santas" na Bahia, batalha entre o "acarajé de Cristo" e o "acarajé de santo", mas também na batalha da popularidade e de preços cujo palco principal se encontra no bairro do Rio Vermelho, largo da Mariquirita onde se situam as mais famosas: O acarajé da Dinha, O acarajé da Regina e o acarajé da Cira[3].

O acarajé geralmente é consumido com cerveja ou refrigerante, especialmente a Coca-Cola. O acarajé como Coca-Cola é típico, esta bebida mundializada já é apropriada de tal forma que ela não tem o mesmo sabor e sentido quando consumida com um hambúrguer em um *fast food,* por exemplo. Nesta relação, o global não se opõe ao local, ele é "antropofagicamente" digerido para se conformar nesta combinação particular do local. Décadas atrás uma outra marca de refrigerante fez uma campanha para recompor e participar desta refeição, mas a Coca-cola parece reinar ao lado da iguaria local.

Ao lado do ícone cultural e turístico, a produção do acarajé é uma empreitada econômica que tem proporcionado trabalho em especial para mulheres das camadas populares. Foi esta a imagem explorada no Carnaval Baiano de 2003, quando as baianas de acarajé foram homenageadas sob a édige da mulher empresária. A produção do acarajé e os demais produtos no tabuleiro da baiana funcionam como uma espécie de empresa familiar e tem representado para algumas mais famosas uma forma de ascensão social.

Neste jogo entre o sagrado e o profano, o tradicional e o moderno, o acarajé se estabelece em uma linha tênue de se manter nos tabuleiros ou descer deles e tomar conta da cidade com o seu caráter simbólico e típico, mas se secularizando, embraquecendo e se elitizando. De qualquer sorte, o encanto e o charme da cena não se desfaz hoje, na visão de Vivaldo Costa Lima, com a modernização e urbanização da cidade. Sem mais entoar os seus cantos pelas

ruas, registrados na canção de Dorival Caymmi *A Preta* – "O acará já é eco olailai ô", "o acarajé é frito na hora, aos olhos do freguês". O próprio traje da baiana aponta para o movimento. "Sentada em um banquinho, ela é senhora de seu ponto, movimentando-se com desenvoltura entre dezenas de apetrechos, atendendo aos fregueses sem perder o tom" (Moura, 1998, p. 29).

Transformando o acarajé em um patrimônio, os soteropolitanos e turistas são capazes de consumir uma Bahia longínqua, consumir um passado que não mais existe. Significa reconstruir e recuperar a história da cidade subindo as ladeiras da nostalgia presente nas memórias coletivas. Comer um acarajé representa muito mais do que consumir uma iguaria exótica e saborosa, mais do que um alimento calórico na sua matéria é um produto afro-barroco no seu espírito, no qual o dendê se transforma no ouro que enriquece as igrejas da velha cidade da Bahia, compartilhada por ricos e pobres nesta amálgama citadina.

Em suma, o cenário alimentar contemporâneo da cidade de Salvador é também marcado por sua dinamicidade, envolvendo um complexo gustativo não menos dinâmico e diversificado, direcionado para variados estilos de vida que marcam o contexto urbano soteropolitano.

O comer soteropolitano para os entrevistados

Nos discursos dos entrevistados perdurou a idéia de que a comida baiana é uma comida pesada, gordurosa, e que "o baiano exagera em tudo". Coaduna com as imagens perpetuadas no contexto nacional sobre a comida baiana. Por esta razão, a recomendação é "comer com cuidado" para "não passar mal". Todavia, do ponto de vista nutricional, a culinária baiana, não é, em termos gerais, mais calórica e rica em gorduras quando comparada com outras cozinhas típicas brasileiras como a culinária mineira ou a sertaneja. Entretanto, parece que a presença exótica e exuberante do azeite de dendê, que, mesmo em pouca quantidade, transforma drasticamente as cores, os cheiros e sabores dos pratos que o contém; faz um diferencial marcante e peculiar. Misteriosamente, este produto africano não seguiu os passos dos povos africanos para outras regiões do Brasil, ou se seguiu, suas marcas parecem ter sido apagadas. O fato é que o azeite de dendê[4] praticamente se restringe à culinária baiana, conferindo um dos seus mais importantes marcos identitários.

João expressa a sua posição em relação ao hábito alimentar do baiano e ainda faz algumas comparações com outros locais:

> É péssimo o hábito alimentar do baiano: o acarajé, os hambúrguer, o cachorro quente da vida, as feijoadas, essas moquecas, essas loucuras (...) Por que em São Paulo, dizem que o paulista não pára para almoçar, come um cachorro quente ou um hambúrguer meio-dia. O baiano não! O baiano ele tem oportunidade de tudo isso, mas ele quer fazer o final de semana na casa dele com feijoada e com o churrasco, quando poderia fazer com outras coisas mais. Nos Estados Unidos não! O mundo da obesidade dos Estados Unidos é demais! O americano trouxe essa loucura para aqui para o Brasil dos hambúrgueres, cachorro quente e nomes americanos de *hot dog* e tudo mais. Só que está matando nosso povo, apesar do povo dele está morrendo mais do que o nosso (João).

A fala de João utiliza fragmentos de imagens, por ele construídas, das práticas alimentares dos paulistas e dos americanos que, ao mesmo tempo, se mesclam quando as relacionam com as práticas alimentares dos soteropolitanos. João, um "baiano da gema", coloca em jogo o local e o global no momento em que mistura acarajé com o hambúrguer, ou ainda o cachorro quente, feijoadas e moquecas, churrasco, iguarias consideradas por ele como "loucuras". Ícones "estrangeiros" e locais se conformam no mesmo universo, mas que não necessariamente afastam dualidades tradicionais como a vida corrida do paulista com a vida tranqüila do baiano, sendo este último o que tem a oportunidade, a seu ver, de prestar mais atenção à alimentação. A fala de João também está relacionada com duas características básicas da experiência transmitida pela mídia em condições de modernidade que Giddens (2002) se refere: o efeito colagem com o desaparecimento das narrativas e a intrusão de eventos distantes na consciência cotidiana. Os americanos trazem o hambúrguer e o cachorro quente e com eles a obesidade.

Seguindo a perspectiva apontada anteriormente de que a denominada culinária baiana não representa a Bahia, alguns entrevistados oriundos do interior do Estado, também manifestaram a sua posição em relação à comida baiana: "Não! É uma comida pesada, em Salvador, querendo ou não, vamos supor você vai comer acarajé, você vai comer essas comidas pesadas assim sabe? Que quem não está acostumado realmente passa mal" (Roberto). Roberto compara com a culinária da sua cidade natal, Vitória da Conquista. O acarajé toma um papel fundamental nesta representação de comida pesada. Quando questionado sobre

a comercialização do acarajé na sua cidade, ele afirma: "Tem, que é Bahia também, mas não é em *excesso* como é aqui, porque aqui todo lugar tem. Na realidade eu acho que não me adaptei, eu não gosto de peixe, então já elimina um cardápio gigante" (Roberto).

Ronaldo que vem do Sertão da Bahia também coaduna com a noção de comida pesada da cidade centrada no dendê:

> É típica, é uma comida com bastante gordura, tem azeite. Eu nunca gostei de azeite, para mim era uma coisa dispensável, a moqueca em si (...) Não, tem muito não, a cidade lá é mais voltada para carne, leite essas coisas...mas aqui em Salvador, por ser uma comida típica, aliás, baiano, ele, o soteropolitano, ele *exagera* em tudo (Ronaldo).

Entre os excessos e exageros do soteropolitano, como Ronaldo muito bem marcou, os sujeitos que migraram para a cidade marcam de alguma forma as suas diferenças identitárias e enfrentam o desafio de se adaptarem às práticas alimentares locais. Paradoxalmente, é na capital do Estado que José, também confirmando o "peso" da culinária soteropolitana, se refere a maior conveniência em consumir alimentos saudáveis: "Meu hábito alimentar não mudou... Não tanto em comparação a... Eu acho aqui eu como muito mais essas coisas naturais por ter convivência do que lá, que era mais ou menos aquela comida caseira, tal..."(José).

Desta maneira, foi na capital que José aprimorou e teve mais "convivência" com o estilo de vida saudável para ele traduzidos na dieta *light* e na prática de atividade física em academias de ginástica. Parece ainda haver uma inversão na idéia da comida saudável do "interior". A comida da fazenda, comida caipira, comida sertaneja que resistem aos apelos da dieta lipofóbica, e "o gostinho da fazenda" hoje difundida pelos hotéis fazenda, novos espaços de lazer, não parecem representar o valor alimentar "saudável" de outrora.

O acarajé aparece mais uma vez trazendo um outro elemento fundamental presente no imaginário da cidade: a sua cota calórica. O acarajé passa constantemente por interdições: primeiro, a religiosa. Os evangélicos não o consumiam, pois pertenciam a uma espécie de "culto ao diabo", hoje redimido uma vez que os evangélicos participam do mercado produzindo o "acarajé de Cristo". Posteriormente, há cerca de duas décadas atrás, emergiu o problema da sua qualidade sanitária: um estudo difunde em cadeia nacional a larga contaminação por coliformes fecais no acarajé, o que fez cair significativamente

o seu consumo. Ações foram adotadas, cursos para as baianas, até chegar à proposição recente de um selo de qualidade para os produtos. Em seguida, aparece difundido no discurso popular a sua quota calórica: entre 600 a 1000 calorias. Difunde-se a idéia de que um acarajé possui a valor calórico de uma refeição do almoço.

Sendo também para os soteropolitanos considerada uma comida pesada, o seu consumo exige uma certa cautela, mas não a sua interdição por alguns daqueles preocupados com a alimentação saudável:

> O lance assim do colesterol, não sou muito assim bem voltado para ele assim, agora o alimento que tem colesterol satisfaz o meu gosto, eu gosto. O acarajé assim o azeite é demais, mas é uma coisa que você gosta, o pessoal gosta e quer comer, aí vai e come. Então não sou assim meio, eu não sou de chegar assim: 'rapaz eu não vou não que tem muito azeite...' Eu não vou dizer isso! eu como! Então não sou muito voltado assim para o colesterol para esse tipo de doença...(Narciso).

É bastante comum a associação da gordura em geral com o colesterol, quando este último apenas integra aos produtos de origem animal. Em relação ao acarajé, não há colesterol, salvo o camarão que pode ser acrescentado "ao gosto do freguês". Narciso ainda identifica o colesterol como doença. A captação das mensagens antigordura, anticolesterol e as associações constantes com patologias transformam o colesterol em si em uma delas no senso comum. De qualquer sorte, Narciso não é muito "voltado" para estas questões, mesmo reconhecendo que possui "azeite demais", ele não deixará de consumi-lo ao menos por esta razão específica.

Carla também afirmou que "não ia mentir!", ela consome vatapá, caruru, embora faça algumas manipulações culinárias para torná-los "mais leves". E são estas as estratégias utilizadas para garantir um consumo mais "racional" se assim pudéssemos dizer: modificar as formas de preparação, conforme iremos tratar mais adiante, ou reduzir o consumo seja na quantidade ou na periodicidade de consumo. Alguns deixam as comidas típicas para os finais de semana ou ocasiões especiais ou ainda, para consumir de forma esporádica. É a idéia do "eu me controlo":

> Não tem muita dieta não, se me der vontade de comer meu acarajé eu como, claro que não vou comer todos os dias, mas eu como meu acarajé nem que seja um dia na semana eu como. Que nada! Eu comia todo dia, hoje não, hoje sei que o acarajé tem quantas calorias? 1000 calorias! Eu sei que realmente faz mal (Gilda).

> Eu fazia sempre, não faço mais. Hoje é que eu comi moqueca, tem vezes que eu faço peixe frito e carne, carne é muito difícil eu comer, só quando é bife. Eu como mais frango (Maria).

> Não, eu gosto, eu gosto (refere-se aos os xinxins e moquecas), agora é sempre assim: eu como pouco. Dia de sexta mesmo, que é o tradicional dia da comida baiana, eu como pouco...(Álvaro).

> Na verdade, eu gosto muito de acarajé, comida baiana, eu gosto muito, mas eu controlo as calorias, apesar de eu queimar muito, mas mesmo assim ainda eu tenho controle (Gustavo).

À parte da culinária baiana típica de azeite, alguns comentários foram feitos em relação às comidas da "Rampa do Mercado": sarapatel, mocotó, dobradinha, carneiro, em particular. Tais comidas presentes nas obras de Jorge Amado e nos livros de culinária baiana da primeira metade do século XX parecem estar à margem da Salvador contemporânea. Embora estejam presentes nas feiras e mercados e restaurantes populares, alguns sujeitos das novas gerações nem sequer as conhecem a exemplo de Pedro:

> Nunca nem..., mocotó ainda já comi, mas sarapatel, rabada não sei nem qual é o gosto... não gosto de comida pesada, que a aparência seja pesada, de gordura assim, que veja a gordura na panela, eu não gosto... não, nunca gostei, acho que é mais de minha mãe, influência de minha mãe (Pedro).

Já Flávio tem a oportunidade de consumir quando vai para o interior ou quando o seu pai o convida para ir aos mercados:

> Aí quando chego no interior, no São João aahhh!!, aí já é meninico de carneiro, é rabada, é mocotó, é tudo, tudo, tudo, tem dias que meu pai me acorda de manhã, dia de domingo, vamos ali na Sete Portas[5] para comer um feijão com fato, de manhã logo cedo, vou dizer a você que eu não gosto?, eu gosto... (Flávio).

A expressão "não vou dizer a você que não gosto?", assim como "não vou mentir!", na fala anterior de Carla, são expressões utilizadas em Salvador, que representam uma revelação, assumir algo que talvez não seja "politicamente correto". Além disso, a interjeição "ahhh" e a listagem

que prossegue de iguarias típicas indica que a sua ida ao interior é uma verdadeira viagem de prazeres gastronômicos já não tão vivenciados no cotidiano soteropolitano. Maria que prepara alguns pratos tradicionais "de vez em quando", lembra que comeu rabada no último Carnaval. Contudo, o seu organismo pareceu estranhar a iguaria: "Ah! Rabada, eu comi rabada no carnaval. Eu acho que o organismo não estava acostumado, levei dois dias com dor de barriga. Acho que foi a gordura tem muita gordura a rabada" (Maria).

João procurou construir a sua interpretação histórica para esta culinária que data do período da escravidão em que os Senhores de Engenho "jogava" para os escravos as vísceras e restos dos animais, com estes os escravos preparavam a rabada, o mocotó adicionando ingredientes que conferiam o sabor. No entanto, para João, esta culinária não é mais operacional, pois ele atribui a ela os altos níveis de colesterol da população negra. Logo, deve-se "fugir" deste tipo de comida. Assim, João afirma as suas relações com as origens alimentares étnico-raciais, porém propõe uma ruptura com a mesma a fim de reconstruir os corpos dos baianos e das baianas sob a édige do "saudável".

Sem adentrar no resgate histórico das origens destes pratos[6], é importante ressaltar que o consumo deles já exigia cautela antes da era da lipofobia:

> Se tiver muita gordura eu não como. Primeiro a rabada, a própria carne da rabada, é muito gordurosa e a pessoa ainda quando vai preparar bota óleo, então fica mais gordurosa ainda. Se eu ver que está muito gordurosa, eu não como, se eu ver que está assim mais enxutinha eu como, o mocotó, o sarapatel eu gosto demais, agora mais assim o que minha mãe faz (Álvaro).

As comidas a base de vísceras exigem um saber fazer específico que sejam capazes de dar conta de dois aspectos essenciais: a limpeza e conferir sabor. Carla sabe preparar embora o faça raramente, pois já considera uma comida meio "fora" do seu hábito cotidiano:

> Quando eu faço sarapatel, eu tiro aquela gordura, a gente tem que está tirando(...) Lava com limão, lavo bem, tiro aquela gordurinha, mas depois que a gente bota no fogo, a gente vê que ainda contêm muita gordura. É raro, não como sarapatel assim não, e também não gosto de comer muito essas comidas *muito fora* não! (Carla).

> É que o sarapatel são as vísceras e tem gente que não se preocupa em lavar aquilo ali. Minha mãe não. Ela pega compra, bota pelo avesso, lava, bota pelo direito, sacode, estica, só falta passar ferro! Ela cuida direitinho, lava bastante com limão, duas, três vezes, quando ele está pronto para cozinhar, já está cheirando. O pessoal que faz aí não, na hora que vem para mesa para você comer, você sente que não foi bem lavado... Às vezes a pessoa come até questão de educação e tal (Álvaro).

O saber fazer é de alta complexidade e trabalhoso. Quanto mais interna é a parte do animal a ser consumida, maior é a demanda de higiene: lavar em água corrente, esfregar limão, o uso do vinagre, por na água com limão, repetir este processo por um certo número de vezes, enfim estratégias necessárias para "anular" os cheiros característicos das vísceras. Além disso, demanda uma arte refinada de "temperar" não só para disfarçar os odores característicos das vísceras, mas sim metamorfosear definitivamente o "mau cheiro" em um cheiro atraente e apetitoso que precede o sabor. Não é então um prato "confiável", como afirmou Sara, que se possa comer em qualquer lugar. O melhor é comer em casa: "Eu não gosto de xinxim, eu gosto de xinxim se minha mãe fizer, eu não gosto de xinxim de bofe, não adianta, eu posso está com a fome que for, (...) carne de porco também. Eu não gostava aprendi a comer outro dia aí assado. Eu não, quando minha mãe faz, ela faz, eu como. Na rua eu não como..."(Sara).

> Sarapatel para mim então é um prato que eu largo qualquer coisa por causa de um sarapatel... Fazer não, porque infelizmente não sei. O mocotó é mais fácil: você tempera bota para rechear aí vai colocando, com o tempo vai colocando um pouquinho de cada coisa e ali você aprende com o tempo também. Mas sarapatel já é uma coisa mais que tem que ter é mais uma pitada, uma coisa a mais, tem sempre um segredo para não ficar muito gorduroso, para não ficar com muito... cheio de sangue essas coisas toda que o pessoal fala (Dalva).

Os segredos e mistérios que perpassam a preparação do sarapatel e outras iguarias populares estão sendo perdidos nas memórias domiciliares. As gerações mais novas não conhecem os mistérios das suas preparações e há a desconfiança por parte de alguns em consumir na rua. Sara revelou a existência de muitas senhoras que fazem estas preparações nas varandas de suas casas sob encomenda:

> Eu não tenho muito acesso a Ceasa (ao mercado da Ceasa). Eu fui uma vez com um amigo meu, fui para almoçar. Ele me chamou para comer carneiro, eu nem gosto, mas chegou lá experimentei para ver como era carne, gostei, mas não aquela coisa que eu vou pagar para comer. Eu prefiro pagar na rabada, no sarapatel não sei o quê, mas fui lá só essa única vez e no mercado eu tinha uma turma de amigos que a gente saia muito e sempre a gente tinha que passar lá no final da festa. O pessoal comia muito acabava indo atrás comia também, mas hoje totalmente fora da minha rotina, totalmente fora. Eu saio ou eu vou comer em um lugar que a gente já tenha um costume muito raramente. (Sara).

Nos discursos dos entrevistados é percebido um certo ir e vir quando se fala destas comidas tradicionais: come, mas "raramente" era algo bem pontuado. Parece falar de um hábito que ainda existe no tempo, mas está ficando longe nos horizontes alimentares. Sara tem 32 anos de idade e se refere a um tempo em que freqüentava um mercado já quase em extinção na sua rotina. Apesar disso, estas feiras e mercados e todo um circuito popular do comer, resistem à proposição do *light*. Sempre lotados, sonoros e festivos, as refeições são produzidas para todo o dia. O Mercado do Rio Vermelho, situado na orla da cidade próximo a um hotel 5 estrelas, por exemplo, fica aberto 24 horas e sempre com uma grande fluência de clientes. A freqüência dos soteropolitanos que preservam este modo de vida tradicional, e circulam nos mercados nos finais de festa, como Sara fez referência, podem se encontrar com os moradores do elegante bairro do Rio Vermelho correndo na orla à busca do corpo *light* por volta das seis horas da manhã.

Alguns dos entrevistados disseram não fazer mais parte deste universo tradicional. Virgínia afirmou que comia bastante antes das mudanças nas práticas alimentares e que os seus pais ainda têm o hábito de preparar estes pratos, mas ela não consome. Afirma que "perdeu o gosto":

> ...eu não como, não para manter ou com medo de engordar, eu perdi o gosto da comida. Eu perdi devido ao processo de emagrecimento, o processo de alimentações inadequadas que eu vinha comendo, perdi praticamente é aquela coisa quando você se adapta a uma coisa para você modificar demora um certo tempo (Virgínia).

Em suma, o processo de *lightização* das práticas alimentares, afeta o consumo das comidas típicas de diferentes formas e, por conseqüência, ela se modifica:

desocupa o centro migrando para as periferias não só da cidade, mas também dos pratos dos baianos. Elas vão desde a retirada completa do item do repertório alimentar até estratégias de restrição do consumo. Ou ainda, elas são deslocadas do cotidiano para fazerem parte do comer episódico: finais de semana, momentos festivos, espaços destinados a reviver as tradições. Mesmo assim, aumenta-se a cautela ao comer seja no aspecto quantitativo, consumindo pouca quantidade ou ainda no aspecto qualitativo modificando as formas de preparação as quais abordaremos adiante. Destaca-se ainda que o processo de valorização da cultura popular, no âmbito da culinária tem valorizado mais as comidas de azeite, a exemplo do tombamento e os investimentos em relação ao acarajé, deixando as margens várias outras opções culinárias que retratam a história de povo soteropolitano.

As mudanças e permanências nas formas de preparação dos alimentos

O saber-fazer alimentar faz parte de um "invisível cotidiano", comumente visualizado como um trabalho repetitivo e monótono, desprovido de inteligência (De Certeau, 1994). No entanto, trata-se de um trabalho oculto que envolve múltiplas tarefas e processos sendo, possivelmente, um dos trabalhos de maior complexidade e que exige maior qualificação dentre as demais atividades domésticas (Santos, 2003a).

Importantes mudanças podem ser observadas no trabalho culinário no mundo moderno e inúmeros fatores estão associados a elas. As mudanças no mundo do trabalho em geral e a maior participação das mulheres no mercado de trabalho provocaram uma intensificação das atividades culinárias nos espaços públicos ampliando as refeições fora de casa. Dentro do espaço doméstico, as revoluções tecnológicas possibilitaram avanços na ampliação da produção e conservação dos alimentos fornecendo desde alimentos processados à refeições congeladas, reduzindo, e até excluindo, etapas do trabalho culinário a exemplo do pré-preparo.

Possibilitou ainda a ampliação dos equipamentos domésticos alterando os modos de organização do trabalho culinário tendo também a transferência de lógica fordista para o espaço doméstico imbuído da lógica da racionalização e organização técnica. A tecnificação do espaço culinário doméstico trouxe a

noção de conforto, praticidade, limpeza e funcionalidade para as cozinhas, reduzindo o tempo destinado às atividades culinárias. O próprio espaço culinário dentro do espaço doméstico vem se alterando ao longo dos séculos. Soma-se a isso a individualização das práticas alimentares, cujo impacto dos refrigeradores e dos fornos microondas em especial, tem sido como relevante para atender às diferentes necessidades e ainda responder ao processo de desincronização do tempo do comer entre os diferentes membros da família.

Santos (2003a) ainda ressalta a influência das novas concepções de saúde e de alimentação nas mudanças do trabalho culinário. A necessidade da produção de refeições menos calóricas e com menor teor de gorduras exige novas maneiras de saber-fazer, como também novos instrumentos e utensílios. Por exemplo, a substituição dos alimentos preparados à base de frituras pelos grelhados, exige novas técnicas de preparação, como também, a substituição das tradicionais frigideiras pelas grelhas. Observa ainda que o trabalho culinário tem também migrado do campo do saber empírico e artesanal para o campo cada vez mais científico. O saber-fazer culinário está mais e mais sofisticado emergindo a figura dos especialistas, como o nutricionista, por exemplo, com a tarefa de ensinar as pessoas a prepararem e consumirem refeições saudáveis. O saber tradicional construído no âmbito doméstico está sendo destituído de valor: a mãe e/ou dona de casa vem assumindo o papel coadjuvante no cuidado alimentar da família e dos filhos.

Mesclando as noções da alimentação saudável e as noções de modernidade é que emerge a cozinha *light*. A cozinha *light*, além de ser pobre em calorias e lipídios – mas deve ser rica em nutrientes –; deve ser rápida e simples de preparar, atender as diferentes necessidades, e ainda expressar uma linguagem globalizada e criativa. O comensal individual também marcado pela dessincronização do tempo alimentar em relação aos demais membros da família e de certa maneira, ele se emancipa pela culinária *light*. A criatividade, rapidez, simplicidade, vem a romper com as estruturas de ações dentro de um sistema integrado nas disciplinas das tradições. Ele deve responder a novos critérios dietéticos, gustativos, relacionais nas práticas alimentares.

A cozinha *light*, negando as tradições de transmissão feminina oral, constrói um arcabouço de cientificidade em torno de si, transmitida por profissionais via as receitas *light*: Os entrevistados trouxeram em seus discursos exemplos de algumas destas preparações: "Eu faço um bolo, boto margarina *light*, boto um ovo só, coloco leite desnatado e como o bolo tranqüilamente. Então hoje

eu faço, a forma de fazer a comida é diferente da forma antes, eu sigo essas receitinhas” (Marcela).

> Com a cenoura ralada, aí pega a azeitona que já dá um gosto melhor, passa a maionese *light* e o repolhozinho também, passa no ralo, e passa naquele plasticozinho para conservar. Aí você sentiu fome, você come toma um suco depois, você sentir fome novamente, você pega outro sanduíche, mas também não exagere. Às vezes eu coloco frango, o frango desfiadinho, porque aí a azeitona também é ruim você está comendo porque contém calorias, aí eu faço assim (Carla).

Além de criar novas receitas utilizando os seus produtos, a saber-fazer *light* também interfere nas formas de preparo tradicionais. As estratégias culinárias da cozinha *light* centram, além de se abster do uso de alimentos ricos em gorduras – preferindo os menos gordurosos, *light* e *diet*, zero por cento de gordura, integrais, dentre outros –; esforços técnicos são utilizados para retirar de cena a intermediação da gordura como meio de preparação dos pratos. Em outras palavras, um grande elenco de formas de preparações existentes na culinária brasileira e baiana de guisados, cozidos, curtidos ao sol, fritos, assados, refogados, recheados, empanados, em banho-maria, escaldados, caramelados, dentre outros tem se reduzido aos grelhados, assados e cozidos – este em especial ao vapor – retirando o intermédio da gordura dos processos de cocção. Há também uma preocupação de preservação dos nutrientes que também prefere o cozimento rápido e no vapor aos imersos em água.

Montanari (2003) destaca a imagem do alimento assado no fogo e diretamente na chama que alguns antropólogos desenham, sob as “noções de violência, de impetuosidade, de belicosidade, de uma adesão mais estreita à imagem selvagem da natureza” que diverge das noções culturais bastante evocadas pela água que ferve na panela. Tais imagens são revistas na cozinha *light* e podem corroborar com a imagem do natural, do retorno à natureza que tão bem se ajusta com a cozinha *light*. Quanto menos preparados, quanto menos cozidos mais nutritivos serão os alimentos. A *nouvelle cuisine* já havia proclamado tais ditames a partir dos anos 1970.

O saber-fazer *light* tem sido capaz de modificar as preparações e, conseqüentemente, dos aromas e sabores de tradicional feijão e arroz cotidiano. O clássico preparo do arroz refogado com alho – ou também cebola - é substituído pelo “arroz lavado”, cozido em água e sal sem acréscimo de

gorduras. Este procedimento que já foi condenado por possibilitar a perda de nutrientes volta à cena no espaço culinário. O feijão, acrescido com carnes e toucinho "para dar o gosto" é substituído pelo "feijão simples", também chamado de "feijão temperado" ou ainda "feijão donzelo". Pode ser o tempero completo ou apenas com alho e pimenta e cominho.

> Mudou, estou comendo menos gordura. Mesmo sem fazer dieta, boto menos gordura (...) boto mais azeite doce, cozinho mais com azeite doce, para todo mundo... arroz lavado, eu não faço arroz temperado, o feijão uso mais carne de sertão. Toucinho e tudo, agora não uso mais (...) Eu acho que para ter uma vida mais saudável... (Maria).

O tradicional feijão com arroz vem sorrateiramente modificando os seus sabores e aparências procurando construir uma nova palatabilidade. Observa-se também que a redenção dos óleos vem com o óleo de oliva, aprovado e estimulado, embora com moderação, pela alimentação saudável. A carne bovina e o frango, principais produtos de origem animal que participam da mesa do soteropolitano, também sofrem alterações nos seus preparos:

> Não faço assim comida gordurosa. O frango mesmo, geralmente eu faço mais assado. Então, eu tiro aquela pele toda, tempero com aquele 'Arisco' que já vem pronto, e aí eu como. Se eu for fazer arroz, meu arroz mesmo é lavado, eu não recheio (Carla).

O frango assado, sem pele, temperado com "Arisco", encarna um princípio moderno de cozinhar: simples, rápido, tempero industrializado. Chamou a atenção às referências em relação aos caldos da comida. As preparações com caldo são tradicionais na culinária brasileira com os quais se preparam os pirões ou é consumido com o acréscimo de farinha de mandioca na hora de servir. Pareceu expressar um certo receio ou repulsa por aqueles que optaram por uma alimentação saudável. O caldo da comida, esta "saborosa conseqüência" como expressa Câmara Cascudo, também é tradicionalmente visto como detentor da força dos alimentos, imagem que já fora explorada pela indústria alimentícia nos caldos de carne e galinha em tabletes há décadas atrás. Pode também ser visto como preparações destinadas para recuperar os convalescentes como as emblemáticas canjas de galinha, fáceis de digerir pelo estômago dos mais fracos, porém nutritivas. Na cultura soteropolitana também se encontram

os caldos considerados "fortes" e até afrodisíacos como o caldo de sururu e de mocotó como também o de feijão.

O caldo também pode ser um sensor ou revelador da quantidade de gordura do prato, como ainda ser usado como estratégias de algumas preparações. A rabada, por exemplo, para que não fique gordurosa, é de bom tom iniciar a sua preparação e cozimento no dia anterior, deixar a noite na geladeira para que a gordura se solidifique e seja retirada, assim diz a tradição. A rejeição as gorduras não são novidades da cozinha *light*, como já referido anteriormente. Ela inova no momento em que o incômodo não é a gordura aparente apenas, é também a "gordura invisível" que compõem os alimentos, ou melhor, quando a gordura passa a ser denominada de "lipídios".

Assim, a alquimia culinária se transforma em uma verdadeira batalha contra as gorduras que inicia nas compras dos produtos e ainda no pré-preparo. A preferência pelas porções que possuem menos gorduras é a prática que se dissemina no pré-preparo do frango. Carla, remontando a sua preparação culinária, menciona também retirar toda a pele do frango antes do cozimento e estranha a forma de preparo da sua mãe. Todavia, Carla, embora tenha reduzido, ela continua a utilizar as frituras nas suas preparações:

> Eu gosto sim de coisas de frituras, um quibe uma vez ou outra assim, que eu mesmo faço bem seco assim. Eu boto aquele papel toalha para enxugar (...) Eu gosto fazer peixe frito... eu frito, aí passo na farinha de trigo, frito ele, aí boto leite de coco, boto tempero, mas eu não boto o azeite, eu boto o extrato de tomate (Carla).

Vianna (1994) discorre sobre a arte de fritar peixe na capital baiana na primeira metade do século, largamente utilizada como uma forma pouco dispendiosa e proporcionava uma melhor conservação para os tempos sem geladeira. Preferencialmente em frigideiras de barro especialmente destinadas para este fim, os peixes eram temperados, enxutos e envoltos na "farinha de pão" ou na "farinha do reino", a atual farinha de trigo. Eles eram fritos em azeite doce, banha de porco ou em toucinho derretido sendo os mais pobres no azeite de dendê, comidos com farofa feita do próprio azeite utilizado na fritura. No comer contemporâneo, tal prática é abominada, são os peixes ensopados e assados os recomendados agora. Carla utiliza provavelmente óleo de soja, que tem seu uso difundido na segunda metade do século XX, mas ela ainda utiliza o azeite de dendê para algumas preparações. O seu uso é

imprescindível em alguns pratos típicos. Carla continua a relatar como prepara as “comidas de azeite”, marcando que diminui a quantidade de dendê utilizada, apenas para “dar uma coradinha”.

A idéia de algum ingrediente para “dar uma coradinha” teve uma certa recorrência e traz um indicativo: a importância das cores vivas nos alimentos para os soteropolitanos. É do senso comum a rejeição de uma comida “sem cor” que representa uma “comida fraca” e “sem sabor”. A questão da comida bem temperada é de um valor fundamental para a culinária brasileira e, em particular, baiana.

O uso abundante de especiarias foi bastante difundido na Europa ainda nos finais da Idade Média alimentado pelo fluxo considerável de especiarias nos mercados ocidentais. Montanari (2003), discordando da tese de que a disseminação de seu uso tenha sido para fins conservativos, destaca que a ânsia de novidades produziu no imaginário em torno das especiarias como um instrumento de ostentação e sinal de distinção. Eram os alimentos abundantemente condimentados os que seriam considerados saborosos. Canesqui (2005) traz a interpretação dos seus entrevistados de uma “comida bem feita” que engloba, entre outras características, uma comida que tem sabor acentuado – “bem temperada” e “gostosa”. Na oposição entre comida de rico e comida de pobre, os entrevistados ainda acentuaram que os pobres comem bem, uma comida gostosa enquanto que os ricos não comem bem, por não gostarem de cozinhar. Mesmo para aqueles em situação de fome, o tempero se faz essencial. Freitas (2003) observa no seu estudo que o gasto orçamentário com os temperos tinha um lugar privilegiado entre as famílias, ainda que muitos gêneros fossem coletados no lixo dos finais de feira.

A peculiaridade do tempero baiano já é expressa em fórmulas industrializadas denominadas de “tempero baiano” por grandes empresas de alimentos no campo de ervas e especiarias. Trata-se de uma mistura de pimenta do reino, cominho, coentro, cúrcuma, pimenta calabresa, orégano e amido[7]. A empresa Sadia também lançou uma linha de salsichas “sabores do Brasil” que dentre elas tem também a versão tempero baiano que é a picante. Refere-se a uma recriação a serviço do mercado, uma vez que a composição desta fórmula difere da utilizada no local a exemplo da exclusão da indispensável hortelã.

O tempero baiano é um termo que também serve para outras analogias como a do estilo de vida baiano: “A Bahia tem um tempero” que pode ser traduzida como algo indizível, indescritível que marca uma diferença quase

que mágica ou mística e, sobretudo, apimentada. Uma bela analogia, pois na comida o tempero funciona como uma porção mágica onde guarda os verdadeiros segredos da cozinha. Pode até marcar individualidades: o "tempero da mamãe" ou o "tempero da vovó" que não são reproduzíveis, até porque estas personagens fazem questão da guardar os segredos daqueles sabores.

Retomando os temperos picantes e condimentados dos baianos e dos molhos de pimenta utilizados, os soteropolitanos também têm ajustado os seus sabores para aqueles que vieram da modernidade: ketchup, maionese, molho branco e mostarda que vêm sendo consumidos nas últimas décadas, intensificando ainda mais o colorido dos seus pratos. Nada como uma combinação de petitinga frita com um molho tártaro, ou ainda, novamente o acarajé que incorporou a salada similar à salada vinagrete. Todavia, os discursos dos entrevistados apontaram para um redirecionamento destes temperos e molhos, afinando a sua densidade e reduzindo os seus aportes calóricos e a busca de novas especiarias que entram no mercado. Vale lembrar que a arte de temperar, que pode ser um tanto pecaminosa na moral puritana, é um principio básico para a cozinha *light*. Desde que não excessivo em óleos e sal, o uso das ervas deve ser abusivo.

Sobre a preparação da feijoada baiana

> A minha primeira entrevista dentro de um bairro popular ocorreu em um sábado à tarde. Na minha caminhada pelo bairro observando o espaço, o que mais me chamou a atenção foi o cheiro que exalava no ar. Era o cheiro da feijoada em fase de preparação que me relembrou a infância. Uma feijoada de longo preparo que começava na tarde de sábado com a prática de 'catar o feijão' sobre a mesa onde as crianças sempre participavam, separando os gorgulhos, os grãos furados, ou os grãos de coloração diferentes para brincar, pois esta prática era também uma diversão. Depois, o feijão era deixado de molho e fazia o preparo das carnes com um refogado e exalando o cheiro do tempero típico. O cheiro me fez lembrar de uma feijoada que não faz mais parte do meu hábito alimentar, uma feijoada que englobava uma série de carnes como toucinho, mocotó, pé e orelha de porco, etc., etc. O cheiro revelava todos os seus segredos e mistérios como também condenava a sua predileção pelas gorduras naquele bairro. Trazia um passado para o presente, um desejo que

> aflora, uma tentativa de traição no ar. A feijoada gorda ou a feijoada completa. A rua cheirava a esta feijoada da rotina do final de semana que parecia esquecida na memória. É uma história de resistência... Diário de Campo, 2001.

A imagem popular da feijoada é que ela nasceu nas senzalas como estratégia alimentar de sobrevivência dos escravos se transformando no principal símbolo alimentar nacional e, como tal, se supõe estar presente na mesa do brasileiro de diferentes regiões do país, conferindo possivelmente uma identidade alimentar ao Brasil. Todavia, há considerações sobre estes aspectos. A origem da feijoada nas senzalas preparada com feijões e os "restos" dos animais – vísceras e partes não consideradas nobres, como o próprio João narrou –; é apenas uma das versões sobre a sua origem. Outras versões remontam a sua origem européia comparando-a à outros pratos – o *caussolet*, por exemplo – que utilizam produtos e processos de preparação similares. Câmara Cascudo (2004) aponta para esta direção. Além disso, é muito pouco provável que os senhores de Engenho desprezassem as partes não nobres frente à escassez da disponibilidade de produtos animais na Colônia, considerando ainda as tradições alimentares européias que utilizam as partes consideradas não nobres dos animais na cozinha até os dias atuais.

Outro ponto é a questão da identidade. O estudo de Sant'Anna (2003) indicou haver resistências na generalização dos pratos no Brasil, pois os seus entrevistados pouco se referiram à feijoada como um prato essencialmente brasileiro, havendo um alto índice de respostas variadas. Contudo, podemos considerar esta dimensão identitária de uma forma situacional. Por exemplo, para os residentes no exterior, a feijoada parece representar uma linguagem comum para os brasileiros de diferentes regiões do país como o artigo de Boscher (2005) demonstra, analisando o papel de marcador identitário da feijoada na França entre os brasileiros lá residentes.

De qualquer sorte, discutir a feijoada e a sua diferenciação em termos de gosto distinto e gosto popular é complexo, pois o seu consumo parece transpassar as classes sociais. No entanto, Bourdieu (1988) em *La Distinction*, destaca, em um certo momento, do seu trabalho que a distinção não se dá apenas na apropriação de um bem, mas também nas maneiras utilizadas para se apropriar, como já aludido anteriormente. Como a classe popular e as classes médias e altas se apropriam da feijoada - seja nos produtos usados para a sua elaboração, seja na forma de apresentação do prato, o servir e o modo de comer,

quando e onde comer - é o que poderá conferir a distinção. Bourdieu (1988) ainda afirma que a maneira popular e a maneira burguesa de preparar os alimentos de servi-los e de apresentá-los oferecem elementos mais reveladores do que a própria natureza dos produtos.

A feijoada baiana difere da feijoada reconhecida como nacional. O primeiro destaque é o feijão utilizado que é preferencialmente o feijão "mulatinho" ou o "carioquinha" (também de coloração marrom e que não parece ser tão apreciado pelos cariocas). A feijoada com feijão preto é também bastante apreciada, mas é chamada de "feijoada carioca", o que marca uma verdadeira diferença identitária. O segundo é que o seu consumo ritual é aos domingos. As feijoadas baianas também possuem múltiplas sub-denominações: "feijoada gorda", ou "feijoada completa", tem também "feijoada com fato"ou a "feijoada com mocotó", de acordo com a variação das carnes utilizadas. Vejamos uma das formas clássicas e tradicionais de preparação[8]. As carnes são preparadas na véspera assim como o feijão que é catado e posto de molho. As carnes secas são escaldadas para retirar o excesso do sal e as frescas são limpas. Há ainda quem pratique a tradicional arte de "moquear", só que agora no forno, as carnes frescas na intenção de conferir um maior sabor no prato final.

O tempero preparado de forma clássica para a feijoada é um verdadeiro ritual: necessita do chamado "prato de tempero" feito de barro, embora haja o de madeira, especialmente fabricado para esta função, e de um "machucador" utensílio feito de madeira destinado a triturar os temperos. Os itens são colocados em uma ordem pré-estabelecida: primeiro, machuca-se o alho com sal e pimenta e cominho[9]. Em seguida, acrescenta o "cheiro verde" cujo principal é a hortelã. O coentro é opcional e ainda há uma participação importante da salsa e da cebolinha. Machuca-se novamente. Em seguida, agrega-se a cebola picada, o pimentão verde e os tomates também picados. Machuca-se mais uma vez. No final, o vinagre e o extrato de tomate (que substituiu o "corante" ou "colorau" preparado à base de urucum) e a folha de louro que são levemente misturados para homogeneizar um pouco. As carnes são envolvidas neste tempero por um tempo para "pegar o gosto" e depois refogadas com um pouco de óleo. O feijão que estava de molho é acrescido – alguns preferem cozinhá-lo um pouco separadamente. No dia seguinte, o cozimento continua até a hora do almoço e há quem acrescente um novo tempero feito da mesma forma para apurar mais o sabor.

A feijoada é servida com arroz – refogado com alho e/ou cebola, ou ainda o "temperado" onde acresce principalmente tomates –, farinha de mandioca e salada de alface (e/ou agrião) tomate, cebola e também pepino, todos elegantemente cortados em rodelas, algo que parece ser típico da cultura brasileira. A participação da couve e da laranja é normalmente restrita à feijoada carioca. O molho de pimenta, também preparado no prato de tempero, machucando as pimentas – malaguetas principalmente – com alho e sal, acrescendo cebola picada, limão, óleo de oliva e cheiro verde, também acompanha o prato sendo opcional, normalmente interditado para as crianças e os convalescentes. Por vezes, no almoço de domingo também era servido lombo assado e/ou recheado, frango ensopado ou assado, ou ainda carne de porco, como também inovações como salada de maionese ou purê de batata. O ritual da preparação do tempero acima descrito era um ritual cotidiano para o preparo das mais diversas iguarias: carnes, lombos, frangos, dentre outros. Constituía-se em uma prática diária que hoje vem sendo substituída pelo liquidificador, ou por outras técnicas como refogar os temperos em óleo que vão sendo agregados paulatinamente.

A prática do consumo das feijoadas tem sofrido alterações substanciais. Primeiro, o seu consumo deixa de ser cada vez menos semanal. As lasanhas, estrogonofes ou ainda as próprias comidas de azeite, estas últimas usualmente consumidas às sextas-feiras, tem sido deslocada para os finais de semana, disputando o espaço das feijoadas. Pode também ser uma refeição *light*. Segundo, a sua preparação tem sido alterada. Além das formas de temperar referidas acima, tem-se também a seleção das carnes em que as mais gordurosas, além dos toucinhos, estão sendo excluídas da preparação, além de estratégias para reduzir a gorduras das demais.

Os entrevistados trouxeram esta imagem da feijoada que é feita completa e é consumida durante toda a semana como revelou Dalva: "com carne com tudo. Eu boto a calabresa, carne de sertão, carne de sal presa, é o mocotó, tudo, tudo que você imaginar se eu puder imaginar eu coloco". Por exigência do marido, Dalva retira da panela pequenas porções que reserva em vasilhas separadas já dimensionadas para as refeições do marido que consome feijão diariamente. Vejamos então alguns relatos que ilustram as formas de reduzir a gordura:

> Você sabe como é feijão de baiano, né? (risos). Eu coloco tudo, mas assim, eu escaldo bem a carne, quando eu vou comprar carne assim, carne de sertão, essas coisas, eu escolho a carne que tenha menos

> gordura. A calabresa mesmo eu não compro aquela calabresa muito..., eu compro mais a 'Josefina' que aparentemente, você olha assim, e não vê aquelas gorduras assim. Eu boto primeiro na água para ferver. A toscana, ela já sai mais a gordura, mas também eu boto no forno e depois deixa assim para escorrer aquela gordura, eu evito muito a gordura (Carla).

> Ah! feijoada gordurosa, minha filha... Também já fiz muita feijoada completa mesmo com mocotó, com fato mesmo, mas só que tem muita coisa que a gente está desperdiçando, porque eu não gosto de fato, tem outras coisas já que minha mãe não gosta só meu pai, então ela fez um catado daquelas coisas que a gente gosta e coloca que é o principal, calabresa, carne de sertão, carne de boi e essa coisa (Sara).

Estes extratos trazem algumas reflexões. O primeiro seria como poderíamos definir uma feijoada frente a uma diversidade de ingredientes que podem ser agregados assim como formas de preparação. Não se trata apenas de feijão cozido com carnes, há um mínimo necessário para identificá-lo como tal: Sara refere que o básico seria calabresa, carne de sertão (charque) e carne de boi que na verdade se refere a carne fresca (ou "carne verde" como também é denominada a carne fresca). Vale lembrar que, na sua fala, ela exemplifica o difícil exercício da sua mãe em estabelecer uma composição básica frente às diversidades de gostos dos componentes que poderiam integrar este prato. Em cada residência, irá construir uma feijoada peculiar.

Outro fator é que o clássico discurso da feijoada e dos "restos" do animal, a fundamental presença de partes como o pé, orelha e rabo de porco, assim como o toucinho, o que realmente caracterizava a feijoada, vão paulatinamente saindo da cena das panelas e, fundamentalmente, dos pratos. Podem-se atribuir dois fatores: primeiro, as recomendações da alimentação saudável e segundo, a ampliação do poder aquisitivo de determinados setores da população que pode ter mais acesso às partes consideradas mais nobres dos animais. Além disso, vale também marcar, os processos de conservação dos alimentos mais aceitos pelos ditames nutricionais: é melhor reduzir os produtos salgados e defumados e consumir os frescos, os resfriados e congelados, que são considerados superiores do ponto de vista do "mais saudável".

Assim, as estratégias vão desde a fase de seleção das carnes, preferindo as que apresentam menos gordura visível, também excluindo algumas partes

agregadas como o toucinho, e ampliando as carnes frescas. Em seguida, "escaldar", colocar no forno, para que as gorduras sejam eliminadas são utilizadas para esta recriação da feijoada dentro do contexto do comer *light*.

Sobre os gêneros alimentícios

Neste item iremos discorrer sobre alguns dos principais gêneros alimentícios que fazem parte da mesa do soteropolitano, indicando as transformações e mudanças nos seus usos e representações. Conforme já discutido no capítulo anterior, as refeições e as suas composições são construções culturais e históricas. O padrão de três refeições principais ao dia, os horários estabelecidos são influenciados pelos ritmos corporais associados especialmente aos ritmos do trabalho. As maneiras de comer, assim como as composições, questão que mais interessa neste item, representam uma história de cada região em particular, assim como interage com outras histórias nacionais e internacionais.

A café da manhã ou desjejum - este último, termo de origem espanhola -, ou ainda o *breakfast* inglês ou ainda o *petit dejeuner* francês, marcam a primeira refeição do dia, embora diferem nos horários e nos alimentos consumidos nas diferentes culturas. O café da manhã organizado em torno de uma bebida quente – chá, chocolate ou café – é uma estrutura bem recente na história da humanidade, como afirma Grignon (1993 *apud* Poulain, 2002), continuando suas reflexões ele diz que ainda no começo do século XX na França, em muitos meios sociais, o café da manhã ficava em torno do pão, vinho e sopa. A difusão do café se dá a partir dos finais do século XVIII, nos meios aristocráticos, e progressivamente irá substituir o vinho para dar nascimento ao "café continental". Poulain (2002), no seu estudo sobre as práticas alimentares na França, identificou três grandes estruturas principais do café da manhã: a) café da manhã continental composto por uma bebida quente – café, chá ou chocolate adicionado ou não o leite – pão com manteiga ou geléia ou ainda *viennoiseries – croissants*, *pain aux chocolat*, pão com passas, biscoitos e pode ainda ter um suco de frutas como complementação; b) café da manhã anglo-saxão: com complementos doces – frutas ou saladas, cereais – ou complementos salgados não cozidos – queijo, presuntos – ou cozidos ou fritos: ovos com bacon e omeletes; c) café da manhã simplificado: uma bebida quente com ou sem leite.

Enquanto em alguns países, a exemplo da França, a refeição ao meio dia, o almoço, é organizado em múltiplos pratos ingeridos em ordem, tal como entrada, prato principal e sobremesa. No Brasil, a marca da refeição cotidiana é a mistura: todos os itens em um mesmo prato. Todavia, a refeição em pratos separados é um signo distinto e foi difundido nos restaurantes que representa um "comer bem". Mesmo para as culinárias regionais, este tipo de estrutura tem sido difundido. Esta forma de comer à francesa é mais destinada para os momentos de lazer, pois o comer cotidiano, especialmente após a difusão dos restaurantes a quilo, é o comer sincronizado, tudo no mesmo prato. Nos restaurantes de culinária baiana, por exemplo, trabalham com entradas – que seriam as merendas, lanches ou petiscos em outros momentos – que podem ser os bolinhos de bacalhau, as casquinhas de siri ou ainda o próprio acarajé em porções reduzidas em seu tamanho traduzidas para esta outra modalidade. Todavia, no cotidiano predomina a mistura cuja noção é difusa. Datada desde o período colonial, ela pode representar algo além do arroz e feijão: a carne, verduras e saladas, ou até mesmo a farinha de mandioca. Já o jantar em Salvador, pode ser o mesmo que o almoço, porém é muito comum a repetição do café da manhã. Atualmente o consumo de raízes, frutas cozidas dentre outros são mais fáceis de serem realizados no jantar, com uma maior disposição de tempo para o preparo.

O café da manhã

O café com leite já foi um termo utilizado para designar um momento político do Brasil, a Política do Café com Leite que marcou uma aliança entre os Estados de São Paulo e de Minas Gerais aludindo, respectivamente, aos produtos símbolos produzidos nestes Estados. O café com leite junto ao pão com manteiga perduram como o símbolo da primeira refeição dos brasileiros ao longo do século XX, especialmente na segunda metade. Isso evidentemente não descarta a grande variedade de refeição matinal tradicional no Brasil que resiste a base de cuscuz de milho e raízes – aipim, inhame, fruta pão – mingaus, ou "refeições de sal" que ainda são mantidas em algumas regiões do país, como também as refeições mais modernas a base de sucrilhos oriundos da cultura americana que fazem parte do café da manhã de muitos brasileiros, especialmente os jovens.

Café com leite

No contexto contemporâneo, o café com leite tem sido mantido, contudo, tem também passado por transformações. A substituição do açúcar pelos adoçantes artificiais no café, e este, se possível, descafeinado (como também o orgânico). O debate em torno do açúcar e a sacarofobia vem de longas datas. Nos Estados Unidos, Levenstein (2003b) ressalta que as inovações tecnológicas reduziram os custos e eliminaram as dependências do trabalho artesanal que foram dirigidas para o mercado. As técnicas de refinamento da produção do açúcar fizeram com que aumentasse a sua produção e o seu consumo durante o período de 1839 a 1849. Ao lado deste processo, emergiu a idéia da sua melhor qualidade em relação ao açúcar marrom, elevando o seu status, assim como ocorreu com a farinha de trigo branca em relação à integral.

Assim, o açúcar refinado, que já simbolizou pureza e saúde, também louvado pelas suas propriedades medicinais, sendo a sua brancura vista como prova da sua superioridade sobre os outros adoçantes, um ícone de civilidade e leveza; sofre abalos nos anos 1960 e 1970. As suspeitas em torno do açúcar emergiram após a 1ª Guerra Mundial em relação à saúde dentária, obesidade, diabetes e, em 1967, no bojo das críticas em relação ao sistema capitalista e os apelos dos movimentos ecológicos, evidencia a onda do sacarofobia. As críticas científicas mais proeminentes vieram de John Yudkin, professor de Nutrição da Universidade de Londres. Eclode uma nova idade de reverência ao açúcar mascavo e ao mel como mais saudáveis.

No reino da busca de uma alimentação mais natural, os adoçantes artificiais têm sido redimidos de toda a discussão sobre o potencial cancerígeno que marcou o começo da sua utilização. A discussão está silenciada, muito embora o seu uso tenha se disseminado de forma devastadora, não apenas para os portadores de patologias, mas como uma prática corrente inclusive para as idades mais precoces, os jovens preocupados com o peso. O uso do adoçante artificial tem também um símbolo de distinção. Santos (2002b) se refere que ao responder a pergunta "adoçante ou açúcar?", comum na nossa vida cotidiana, se deixa claro a sua opção pela vida *light* ou não. Não consumir açúcar parece traduzir uma nova distinção, um novo corte diferencial que separa a animalidade da civilidade.

Nas entrevistas, observou que o consumo de açúcar tem sido controlado ou até eliminado, sendo substituído pelo adoçante artificial. Há também

discursos que identificam a associação do açúcar com o veneno: "Um veneno, apesar de que o adoçante, ele não ajuda em nada. Acho que é só fictícia aquela coisa de adoçante que não tem isso, que não tem aquilo, que nada!" (João).

Observemos que, apesar de João não "acreditar" nas benesses do adoçante artificial, ele não o conduz à condição de "veneno". O adoçante artificial na sua condição de "artifício" não contradiz com a nova disciplina alimentar *light*, que preconiza o "natural". Há uma percepção como a de Roberto de que pelo fato de "queimar" calorias com a atividade física lhe permite o consumo moderado do açúcar.

Embora os estudos sobre consumo alimentar identifiquem como elevado o consumo de açúcar na população brasileira, é possível que haja uma lenta redução ao longo do tempo, mesmo que tal redução esteja aquém do esperado pelas recomendações oficiais. O consumo dos adoçantes artificiais já estava incorporado nas práticas alimentares de alguns entrevistados, mas por outros ainda restava algumas "desconfianças" sobre a sua indispensabilidade para uma dieta saudável ou ainda dificuldades para se adaptar ao sabor. Para alguns, o uso dos adoçantes não alteravam o sabor dos alimentos para outros tinham um gosto "ruim", "amargo", ou um "gosto de remédio". Carla e Ilda discorrem sobre a questão do sabor: "O adoçante amarga, eu sinto que muda o sabor do alimento, muda completamente. Eu já percebi e tem lugares que não tem açúcar, só tem adoçante e quando eu coloco o sabor é diferente" (Carla).

> Não, eu não gosto do gosto do adoçante não, apesar de 'ah! Não tem diferença!' Tem diferença sim! Quem chegar para mim e dizer que não tem diferença do adoçante para o açúcar... tem muita diferença... Deve porque está usando droga, bolinha ou tomando êxtase ou alguma coisa para dizer que não tem diferença! Porque já me disseram que não tem (Ilda).

Demonstrando uma certa irritação, Ilda não aceita a afirmação do não fazer diferença sendo, para ela, óbvio fazer. Poderíamos analisar este discurso de Ilda como um elemento importante para uma distinção que seria a "naturalidade dos gestos" e das ações. Não sentir diferença implica em demonstrar uma certa intimidade e familiaridade com os novos elementos e os novos gostos[10], algo que é tão importante quanto o uso. O consumo do adoçante é um aprendizado, a exemplo de Maria: "Demorou viu! Ah! Eu achava ruim, gosto de remédio, agora se eu botar açúcar, acho enjoado, já acostumei...".

Quanto ao leite, Levenstein (2003b) mostra como os cientistas preconizaram o seu consumo baseado na idéia de que o mesmo tinha um conteúdo crucial de vitaminas. Esta afirmação fez que as mães o olhassem como uma poção mágica, um alimento milagroso para as crianças. A campanha pelo consumo de leite teve o reforço das autoridades municipais de saúde para que fizessem campanhas em relação ao consumo do leite. O leite também foi o produto que esteve no centro dos programas de ajuda alimentar em todo o mundo.

A descoberta das vitaminas muda decisivamente as noções em torno da boa saúde emergindo o conceito de "alimentos protetores". Levenstein (2003b) destaca alguns aspectos que provocaram um *boom* na indústria dos alimentos. Apesar de terem sido descobertas entre 1915 e 1930, métodos para isolá-las não foram desenvolvidos, logo tinham que ser consumidas nos próprios alimentos e não em pílulas como ocorrerá posteriormente. Outro ponto é que também não havia tecnologias apropriadas para assegurar os métodos de mensuração dos nutrientes nos alimentos. Desta forma, surgiam assim recomendações sem uma segurança científica. Por exemplo, a consciência de que o leite e as folhas verdes tinham vitamina A, logo, poderiam ser alimentos protetores. A partir dos meados do século XX, o medo do colesterol tornou consumidores contra os produtos lácteos e ovos. Em 1983, o consumo de leite – o alimento milagroso na década de 1920 – caiu 20% comparado com 1950. Surge no cenário o leite desnatado que hoje é parte da cesta básica *light* também, já incorporados mesmo por aqueles que dizem "não fazer dieta", conforme os entrevistados relataram. Há uma intensa variedade dos leites desnatados, semi-desnatados, 0% de gordura, sem gordura, acrescidos com ferro, vitaminas, dentre inúmeras outras variações que as indústrias elaboram para promover o aumento das vendas conquistando as preferências.

Assim, os soteropolitanos continuam a consumir o café com leite, porém, reconstruídos nos ditames do comer *light*: café – descafeinado se possível – com adoçante artificial e o leite desnatado. Esta fórmula embora certamente não faça parte do consumo de uma grande parte da população soteropolitana, ela é apontada no horizonte do comer saudável não deixando os sujeitos saírem imunes a tais convocações.

Pão com manteiga

O pão seguiu uma longa trajetória na história da humanidade até chegar à mesa do café da manhã dos brasileiros se afirmando como um produto central,

substituindo os produtos locais, como as raízes e os frutos. O pão sempre foi considerado um ícone para quem decide fazer dieta e continua presente no imaginário dos que desejam emagrecer. Uma das primeiras atitudes seria "cortar o pão" dando a impressão que os biscoitos e as torradas são mais apropriados para tal fim. Assim crê Carla quando faz esta permuta na busca de reduzir as calorias, pois o "pão incha".

Vê-se então no mercado uma infinidade de pães feita dos mais diversos produtos e das mais diversas formas culturais de produção. Os tradicionais pães de "sal", como é chamado o pão francês da Bahia, o pão de leite, de milho e o de "fôrma" consumidos tradicionalmente em Salvador abrem espaços para um novo elenco de pães disponíveis no mercado: pão sírio, os pães italianos, integrais, com passas, outros grãos como o centeio, aveia, dentre inúmeros outros, uma diversidade que não necessariamente agrada a todos: "Nada dessas inovações que estão aí... Que nada! Um monte de pão novo aí cheio de coisa não... No máximo assim pão de fôrma, eu gosto de pão de fôrma" (Pedro). No entanto, eles estão presentes no cenário urbano mesmo que seja apenas para o consumo visual uma vez que eles são produtos caros para uma grande parcela da população.

Contudo, nada se tornou tão popular quanto o termo "pão integral", simbólico para quem faz ou quer fazer dieta. Antes presente apenas em casas de produtos naturais, hoje ocupa espaços nas padarias e nas redes de supermercado que compreendeu ser, os alimentos naturais em geral, uma importante fatia de mercado nas últimas décadas, reservando assim sessões específicas para estes produtos. O pão integral pode representar uma infinidade de pães que são feitos com um percentual de farinha de trigo integral. Ele faz parte da cesta básica *light* inclusive tem relevância e é consumido por setores das classes populares. Pedro vê o pão integral como "algo sem gosto", e que não faz sentido para ele.

Retomando novamente Levenstein (2003b), as evoluções tecnológicas nas técnicas de refinamento utilizadas para o açúcar também foram aplicadas à farinha de trigo. O processo de refinamento da farinha de trigo foi introduzido nos Estados Unidos entre 1840 e 1870 produzindo uma farinha mais barata e mais branca, mais disponível para os americanos, contudo, um elevado contingente de donas de casa utilizava a versão anterior do pão integral. Com o consumo dos produtos integrais, a dieta americana era considerada como pesada, gordurosa, doce e geralmente difícil para digerir. Desta forma, as virtudes da farinha branca

foram defendidas pelos cientistas e profissionais da época, em uma aliança entre as ciências da nutrição e os produtores e processadores de alimentos.

A permuta do pão integral substituindo o pão branco traz algumas implicações e até contradições. O pão integral, observação válida para os demais alimentos integrais, tem uma relação paradoxal com a filosofia do comer *light*. Eles não representam leveza e possuem uma digestibilidade mais complexa que a dos alimentos refinados. Levenstein (2003b) destaca que a grande ironia deste processo é que a maioria das tentativas preconizadas pelos reformadores nutricionais é, à luz dos nutricionistas de hoje, perigosa e não saudável: a farinha de trigo branca como maior fonte de carboidratos e mais digestiva, as frutas e vegetais como um compilado de água e carboidratos tendo o desprezo pelas partes hoje vistas como fontes de vitaminas e fibras, o tomate como agente de sabor sem valor alimentar algum.

Assim, os produtos refinados se disseminam tendo também a propaganda e a promoção como cruciais para o setor de alimentos. Os itens açúcar, farinhas, sal, enlatados, conservados produzidos em escala de massa também absolutamente uniforme na aparência, qualidade e gosto.

O pão também tem o seu complemento tradicional: a manteiga que vem sendo substituída pela margarina. Para alguns setores da população mais abastados, os queijos e as geléias são complementos importantes. As margarinas vegetais apresentam múltiplas versões: *light*, complementadas com vitaminas ou com gorduras polinsaturadas, Ômega 3, dentre outros complementos nutricionais com o intuito de elevar a sua qualidade de "produto saudável".

Sara expressou a preferência pela manteiga em relação à margarina declarando o conflito a partir da afirmativa de um amigo que iria comprar a margarina frente ao alto preço da manteiga. Ela faz um pequeno e confuso percurso reflexivo, Sara acaba se convencendo a consumir margarina apesar da sua preferência à manteiga, a qual, em outro momento da entrevista, rendeu louvor. Todavia, este processo tem sido conturbado com as descobertas das chamadas gorduras "transaturadas" – conhecidas popularmente como "trans" – e os seus malefícios para a saúde, pois funcionam como as gorduras saturadas que integram os produtos animais. Levy-Costa e outros (2005) afirma que os biscoitos são uma das principais fontes de ácidos graxos trans da dieta, ao lado de margarinas e produtos fritos, principalmente aqueles comercializados em cadeias de *fast food.* Ácidos graxos trans assumem configuração parecida com a dos ácidos graxos saturados e são considerados um dos principais fatores da

dieta com importante efeito hipercolesterolêmico, elevando a lipoproteína de baixa densidade e reduzindo a lipoproteína de alta densidade[11].

Outros produtos

Restam ainda alguns comentários sobre os demais produtos que agregam o café da manhã dos soteropolitanos. Destacaríamos a condição dos laticínios, em particular, o queijo e o iogurte que também fazem parte da cesta básica *light*, evidentemente, desde que o queijo seja branco e o iogurte seja *light*. Gilda afirmou que é 'forçada' a comer o queijo branco, mas que ele não tem sabor de nada. Para as classes populares o seu consumo parece ser mais simbólico do que real em função do preço e da adaptação ao sabor.

Os *sucrilhos* fazem parte dos hábitos da nova geração fundamentalmente influenciada pela cultura americana, criando um símbolo do saudável e do bom para a saúde. Levenstein (2003b) exemplifica ainda o caso do crescimento do *Corn Flakes*, que foi inventado por Willian Kellogg como uma comida vegetariana saudável dos Adventistas do Sétimo Dia. Para o autor, os sucrilhos deixaram no caminho importantes lições para outros processadores de alimentos. Primeiro, pela sua relação com a saúde, muito efetivas entre a classe média que, na virada do século XIX para o XX, se tornaram muito preocupadas com a relação entre comida e boa saúde. Segundo, por ser mais conveniente, pronto para comer e terceiro mais higiênico – período do medo da bactéria. Estes são aspectos que contribuíram para o sucesso deste produto.

Costa Pinto Netto (1986) remonta o seu café da manhã na capital baiana ainda na primeira metade do século XX. Marcado pela variedade e pela diferença em termos de quantidade e qualidade, o autor relembra alguns produtos que faziam parte desta refeição: as raízes – inhame, batata doce, aipim – cozidas e consumidas ainda quentes com manteiga; os frutos cozidos como as bananas – da terra, d'água, de Santomé – e a fruta pão; os beijus de farinha de mandioca ou de tapioca; o cuscuz – de milho, tapioca, carimã – servidos com leite do coco; os bolos de farinha do reino – trigo –, aipim, carimã, fubá, as canjicas e milhos especialmente na época de São João, bolachas e broas, e ainda o pão: pão francês ou "cacetinho" como era – e ainda é conhecido, de milho, que tem um formato redondo até os dias atuais. Evidentemente, que esta variedade não se consagrava todos os dias, pois também respeitava a sazonalidade dos produtos, ainda afirma o autor. Mais evidente ainda é que este café não era

representativo de toda a população que vivia em situação de carência alimentar. O leite foi um produto historicamente de não apreciação pelos mestiços, mas também "interditado" pelo seu alto custo. Um café "de pobre" é um "café ralo" com bastante açúcar e uma pouca variação dos demais produtos raramente com o acréscimo da manteiga.

Contrariando a idéia de fazer refeições fora de casa como um fenômeno moderno, a cidade de Salvador sempre teve a disposição nas feiras, mercados e nas esquinas estratégicas como também em trânsito nos seus tabuleiros e sentadas nos seus tamboretes, a figura da "baiana" a vender as suas iguarias para os transeuntes. Vale ainda lembrar que estas iguarias não só fazem parte do desjejum, como também das merendas da tarde ou do jantar.

Já na segunda metade do século este cenário se modifica. A refeição familiar no âmbito doméstico e uma progressiva redução dos itens, a disseminação das padarias e indisponibilidade de tempo para o preparo das demais iguarias contribuíram para a restrição o desjejum para o café com leite e o pão com manteiga. Tal cardápio, agora monótono e repetitivo, com as noções de alimentação saudável que (re) engloba a idéia de variedade e diversidade, propõe uma variação do cardápio matinal, inserindo novos produtos – iogurte, os queijos, e variando os demais pães e biscoitos, frutas, geléias, e tantos outros produtos que podem ser agregados. Propõe também o consumo de "frutas da época" – conceito que não parece ser mais apropriado para as frutas produzidas em escala – ao lado das "frutas importadas", provocando um encontro matinal com o local e o global.

Apesar disso, o café tradicional do soteropolitano não desapareceu totalmente. Ainda é possível encontrar nas esquinas, nas feiras e mercados da cidade, os mingaus, bolos e outros produtos tradicionais sendo vendidos. Não só há uma continuidade, mas uma recriação, promovida, por exemplo, pela Associação das Baianas de Acarajés e Mingaus, que estabelecem critérios para a perpetuação desta prática. Nas ruas, lanchonetes, padarias e vendedores ambulantes também vendem o café com leite e pão, o pão com queijo e/ou presunto "na chapa" para os sujeitos que não possuem mais tempo para realizar o café da manhã no âmbito doméstico. Ainda é possível encontrar especialmente em áreas de comércio popular no centro da cidade, vendedores servindo a partir das seis horas da manhã uma série de iguarias tais como feijoada, bolo, mingau, lelê, cuscuz, aipim para uma clientela de trabalhadores populares como guardas noturnos, policiais, motoristas, vigilantes e os demais transeuntes.

Ainda, no âmbito doméstico, o consumo parece ser uma variação ou o café da manhã de domingo, dia que se possui maior disponibilidade de tempo para o preparo e para o consumo, dia de reviver o sabor das tradições. Além disso, há alguns produtos que estão sendo reinterpretados pela modernidade tais como o consumo de batata doce e inhame, hoje importantes recomendações para os praticantes de atividade física por fornecer energia à base dos carboidratos complexos.

Podemos então supor, grosso modo, três momentos do café da manhã dos soteropolitanos: o primeiro, vasto, denso e diversificado em quantidade e qualidade, embora instável e não acessível a todos, que perdurou até meados do século XX; o segundo, consiste em um desjejum mais simplificado a base do café com leite e pão com manteiga; o terceiro se configura, já nos finais dos anos 1990, em uma busca de um café da manhã mais diversificado, individualizado de acordo com as necessidades de cada um, balanceado nutricionalmente, que seja leve, *light*, porém nutritivo. A diversidade não se restringe à entrada de novos produtos, mas também as variações dos tradicionais: as diferentes opções de pães, por exemplo. Evidentemente, são caracterizações genéricas que não correspondem às diversidades sociais, econômicas e culturais da cidade.

O almoço: feijão, arroz e carne

Feijão, arroz e farinha

Diversos autores consideram a combinação do feijão com arroz como um prato que sintetiza o comer cotidiano do brasileiro e, na mesma linha de Roberto Da Matta (1987) e os folcloristas da primeira metade do século XX, a expressão de uma culinária relacional, capaz de combinar o negro e o branco, um resultante miscigenado. Todavia, esta combinação simbólica não exclui outras múltiplas existentes mais tradicionais como feijão e farinha, feijão e milho através do angu, ou mesmo mais recente com o feijão e macarrão.

Pode-se ainda ter a combinação do feijão, arroz, macarrão e farinha constituindo uma única mistura. Além disso, o arroz também pode ser combinado com gêneros de origem animal – carne bovina, frango ou peixe. Ao menos para o soteropolitano, na combinação do feijão e arroz tem a forte participação da farinha de mandioca na alimentação diária em que se pode considerar um complexo básico único. A batata,

alimento base para outras culturas como as européias, também participa de forma importante na composição dos pratos dos brasileiros seja como salada, ou purês, ou ainda a batata frita[12].

A modernidade alimentar como a sua proposição de variedade traz à mesa, por exemplo, às massas e não apenas o macarrão como substituto do arroz, mas preparadas à moda italiana, como um prato único. Tem-se ainda a preparação das saladas que discutiremos mais adiante. Em suma, há um jogo de variedades mesmo dentro das combinações tradicionais – sem contar com as diversidades de preparações de cada um deles – que demandam maiores estudos.

Neste centraremos em alguns aspectos sobre a combinação tradicional do arroz – feijão – farinha e, posteriormente, as carnes e as saladas na mesa contemporânea dos soteropolitanos entrevistados. Foi observado que mesmo para aqueles que fizeram uma "reeducação alimentar", este conjunto de combinações tradicionais centradas no arroz e feijão é a base alimentar dos mesmos. Todavia, estratégias para torná-los menos calóricos e mais saudáveis estavam sendo realizadas.

O *feijão* no imaginário do brasileiro tem sido historicamente considerado como um alimento completo e forte, fonte de ferro, que dá força e energia. A importância no imaginário masculino, como já foi discutida no capítulo anterior é suprema, cumprindo um papel similar à carne especialmente. Levenstein (2003b) lembra que foi nas primeiras décadas do século XX que as pesquisas americanas indicaram e popularizaram a idéia de que feijão e carne eram nutricionalmente equivalentes, e como a descoberta das vitaminas foi revolucionando os conceitos científicos da alimentação e redirecionando as idéias sobre nutrição. Obviamente que o seu papel de alimento forte na alimentação do brasileiro datam desde o período colonial[13]. Gustavo afirma: "Eu adoro feijão, porque eu controlo, porque na realidade se você não comer o feijão, o feijão contém ferro e você desprotege seu organismo, você tem que está bem protegido é o que eu falo".

Embora ofereça a idéia de um alimento "protetor do organismo", de outro lado, conforme destaca Canesqui (2005) que o feijão também é considerado como um alimento pesado e calórico e por vezes de difícil digestão. Sendo então, que um alimento forte e pesado não combina com as noções que giram em torno do alimento saudável, pode-se deduzir que há mudanças no imaginário do feijão no comer contemporâneo.

Alguns entrevistados indicaram uma prática de preparo do feijão na feijoada para a refeição de domingo e este mesmo feijão é base para a alimentação

durante a semana combinando com outros alimentos. Contudo, para aqueles que estão se propondo a modificar as suas práticas alimentares tem preferido o "feijão simples", ou o "feijão donzelo" ao menos para consumo cotidiano. Além disso, restringe-se o número de dias da semana em que o feijão é consumido. Este feijão é com tempero simples – alho, pimenta e cominho, folha de louro e sal – sem carnes, ou pequenas porções para "dar o gosto".

O arroz que entra mais tardiamente na alimentação do brasileiro com uma conotação tradicional de alimento "fraco" para a adotar uma conotação de alimento "leve" após um período em que foi considerado como um alimento que "engorda". Entretanto, merece cuidados na sua preparação quanto às gorduras iniciando uma preferência pelo "arroz lavado", no lugar do arroz refogado, preparação símbolo para os soteropolitanos.

A farinha de mandioca tem sido aos poucos afastada do prato soteropolitano diário. Apesar de ser considerada do ponto de vista científico como um alimento pobre nutricionalmente, a mandioca é um dos principais alimentos energéticos para cerca de 500 milhões de pessoas no mundo, sobretudo nos países tropicais. Sendo de fácil cultivo, bem adaptada ao nosso clima, e relativamente resistente à seca e às doenças, a mandioca é cultivada em todos os estados brasileiros, é o sexto produto agrícola em valor de produção, situando-se entre os nove principais. O Brasil participa de cerca de 15% da produção mundial, presente em todos os estados brasileiros, geralmente em pequenas áreas, com baixo nível de tecnologia (Ministério da Saúde, 2005). Diante destas informações, percebe-se a importância da farinha de mandioca para o consumo humano, um alimento que foi a base da sustentabilidade dos corpos das classes populares brasileiras ao longo da sua história ainda resiste em desaparecer da mesa contemporânea brasileira, apesar do seu baixo status. Os entrevistados focam a farinha de mandioca como o seu primeiro plano de ação para reduzir a cota calórica. Todavia, muitos utilizavam um jogo de combinações que foi relatado no capítulo anterior (exemplo, se consumir farinha não consumir o arroz). Em verdade, são poucos os estudos sobre a farinha de mandioca e sua participação na nutrição humana.

Frente aos estudos que indicam a redução do consumo do feijão com arroz dos brasileiros, o Ministério da Saúde elegeu no ano de 2005, o feijão como símbolo para Semana Mundial da Alimentação no Brasil, "como expressão cultural e popular da comida brasileira e por seu excelente valor nutritivo, particularmente, quando combinado com arroz e mandioca em deliciosos e

variados pratos regionais". Mas, certamente, o gosto de feijão com arroz também tem sofrido uma série de modificações sutis não só atendendo as recomendações nutricionais, mas também as mudanças nas tecnologias no campo da alimentação e nutrição.

Carne vermelha e carne branca

"Companheiros, vamos trair o regime!!" [14]

Fischler (1991) destaca, como já aconteceu em outros momentos históricos com o pão, a carne foi um alimento de reivindicação para a mesa dos franceses após a Segunda Guerra Mundial. O autor discorre sobre a relação contraditória do homem frente à carne na qual concentra uma ambivalência entre o desejo e a repulsão, o apetite e a aversão, submetidos em diferentes culturas a proibições ou restrições, permanentes ou temporárias, sendo mais freqüentemente restrições de natureza religiosa. Na definição do animal comestível ou não, traz a idéia da "distância ótima" entre o homem e o animal: uma distância muito grande é impossível de comer, uma proximidade afetiva de um animal doméstico, também não. Ou seja, nem tão próximo (parente) nem tão longe (estrangeiro, desconhecido). As espécies comestíveis se encontravam a uma distância intermediária.

No Brasil, a literatura que se refere aos hábitos alimentares dos brasileiros nos períodos anteriores, aponta uma intensa diversidade de animais comestíveis da dieta brasileira, condizentes com a diversidade da sua fauna, como as caças e aves. São jacarés, cobras, tatus, capivaras, antas, tartarugas, patos, marrecos, diferentes espécies de galinhas que foram reduzidas ao consumo da carne bovina e de frango, seguida pelos peixes, porco, carneiro e, em algumas regiões, a carne de bode. Os dois primeiros produtos tiveram a sua produção intensificada pela industrialização diferentemente dos peixes que ainda têm uma produção sob a pesca artesanal. Com a produção industrial e a urbanização, a distância das caças fazem com que as mesmas sejam produtos estranhos aos brasileiros e baianos.

Fischler (1991) aponta que esta ambigüidade em torno do consumo da carne, a cada instante nos remete a questão da fronteira animal/humano, pondo em evidência a continuidade contra a descontinuidade que nós procuramos afirmar. Desta maneira, duas estratégias são destacadas para regular o problema das fronteiras entre o homem e o animal: a) construção

de uma distinção clara entre humanidade e animalidade afirmando a hierarquia dos seres; b) dissimulação de todas as características aparente de animalidade, de pensar a cadeia animal como matéria inanimada e não mais como parte de um corpo, um ser vivo. Para tanto, as tecnologias favorecem os processos nos quais as formas de apresentação dos cortes de carnes que tornam mais e mais uma matéria trabalhada, transformada, mais distante do animal vivente e de suas formas identificáveis.

Em uma crônica de Luis Fernando Veríssimo chamada *A Decadência do Ocidente* que integra o seu livro *A Mesa Voadora*, apresenta um diálogo que ilustra tal questão. O doutor que leva uma galinha viva para o seu apartamento com a idéia de consumir uma galinha ao molho pardo, encontra o seu filho querendo adotá-la e até propondo um nome para ela (este já é um símbolo de intimidade e domesticação que já põe em cheque a comestibilidade do animal). O seu filho, que tanto gostava de peito, de coxa e de asa, "nunca tinha ligado as partes ao animal" e não reconhece a galinha enquanto um animal comestível.

As cenas de matar galinha nos quintais, já, há muito tempo, têm sido afastadas do cenário doméstico e parecem para uma grande parte da população como impensáveis. Por conta disso, o "Doutor" de Fernando Veríssimo ficou impossibilitado de apreciar esta iguaria tão tradicional, uma vez que não encontrou candidatos para fazer este ato já grotesco para o mundo urbano contemporâneo. Ou melhor, "matar" é um verbo que foi substituído pelo "abater" realizados nos abatedouros que se situam distantes das cidades. Assim, os animais são transformados em substâncias comestíveis, matérias alimentares desumanizadas, homogeneizadas, meras fontes protéicas que, para os mais antigos, não tem sabor. Enquanto para os produtos a regra é aproximar-se do "natural", para as carnes em geral esta máxima não parece ser tão válida se considerarmos este aspecto.

Hélio lembra da sua infância no bairro popular e as possibilidades de comer uma galinha: "você pegar naquela época até galinha mesmo de quintal, você pegava matava a galinha hoje você come tudo congelado...". O frango não mais a galinha passa a participar de forma permanente na mesa do brasileiro a partir dos anos 1970 em função da expansão do complexo avícola. Silva e Fabrini Filho (1994) entendem que a consolidação deste novo hábito alimentar foi mais do que um resultante dos preços favoráveis, e sim um resultado de políticas e estratégias industriais de apresentação, divulgação e generalização de um novo produto. O frango produzido em grande escala já enfrentou batalhas com os consumidores. A primeira delas se refere ao seu "não sabor" quando

comparada à galinha – hoje se tem as versões do “frango caipira” produzidas por grandes empresas. Posteriormente, enfrenta-se o “excesso de hormônio” utilizado para promover o crescimento das aves mais rápido. Agora, enfrenta, em escala internacional, a crise provocada pela gripe aviária que tem sido um grande desafio para os produtores, os órgãos públicos da vigilância sanitária e para os consumidores.

No imaginário dos entrevistados, a carne vermelha, ponto já discutido no capítulo anterior, ainda é considerada como um alimento forte e importante para satisfazer o organismo e sustentar a fome, numa ordem contrária as recomendações oriundas dos discursos médico-nutricionais. A carne branca é reconhecida como um alimento mais saudável e foi o preferencial para os entrevistados que modificaram as práticas alimentares.

> Eu acho o seguinte: a carne branca como o pessoal chama a carne de galinha, para mim, eu acho que não alimenta o suficiente ou o necessário. A carne de boi, eu acho que é mais consistente... Eu acho, a fibra talvez... a outra tenha mais... eu fui criado assim até hoje nunca tive problema nenhum...(Álvaro).

Mais apropriada para satisfazer a fome, a carne vermelha reina, enquanto que a carne de frango ainda preserva a idéia de ser uma carne mais apropriada para os convalescentes, mulheres após o parto, para a confecção da famosa canja de galinha de fácil digestão. Apesar da preferência, os entrevistados procuram manipular o consumo da carne vermelha reduzindo a quantidade e a freqüência do consumo, assim como modificando as formas de preparações.

Já em relação aos peixes, os fritos estão gradualmente suplantados pelos grelhados, cozidos e assados, modificando as preparações tradicionais ou utilizando mais outras novas. Os peixes ganham este status de tal forma que a discussão sobre a contaminação por metais pesados não se apresentam com clareza nos discursos e foi uma questão discutida por uma das entrevistadas focando as dificuldades de fazer escolhas alimentares no mundo atual.

Para lidar com este novo gosto cotidiano, as ervas e condimentos desempenham um papel fundamental. Recomenda-se a utilização em abundância, explorando as não utilizadas comumente: entram no cenário o tomilho, manjericão, dentre outras, gerando novas combinações gustativas. A criatividade é uma regra fundamental para a reconstrução do gosto.

O jantar: a leveza das sopas e sanduíches

O jantar parece ser um dos primeiros aspectos a ser manipulado em uma mudança nas práticas alimentares. Se ele for similar ao almoço, a sua manipulação pode ser: o não consumo do feijão, considerado um alimento pesado para ser consumido antes de dormir, e /ou da farinha de mandioca. Pode também ser substituído pelas sopas que é considerado um alimento "leve" – uma sopa pode ser um alimento "pesado" – sanduíches, ou ainda uma repetição do café da manhã. A crença de que "o jantar engorda" e que ele pode ser até suprimido, tem reduzido a sua importância nas práticas alimentares. Álvaro trouxe a idéia que ele leu e assimilou para reger as suas condutas: "Ela (a matéria no jornal) fala o seguinte o café da manhã não divida com ninguém, o almoço você pode dividir com seu melhor amigo e a janta se você tiver pode dar para seu pior inimigo". Assim, lanches rápidos, o ato de: "beliscar" prevalecem ao invés do jantar compartilhado onde ainda residia a idéia da refeição em família.

Em todas as refeições: frutas e verduras

A ampliação do consumo de frutas e verduras tem sido intensivamente preconizada. A Organização Mundial da Saúde recomenda consumo mínimo diário de 400g de frutas e vegetais, com aumento do consumo de alimentos ricos em fibras e de nozes e semelhantes. Tendo estas premissas em vista, o Ministério da Saúde no Brasil publicou um documento base intitulado de "A iniciativa de incentivo ao consumo de legumes, verduras e frutas no Brasil" em 2005, considerando que os estudos têm indicado que o consumo de frutas e verduras dos brasileiros é insuficiente (Levy-Costa e outros, 2005). Uma curiosa constatação para um país que exalta a sua fauna e flora e a ampla diversidade de frutas tropicais.

Os avanços tecnológicos na área de produção, distribuição, transporte e processamento dos alimentos têm possibilitado uma grande oferta e variedade de frutas e verduras, que se desvinculam dos seus períodos cíclicos de cultivo e colheita. Trata-se de uma disponibilidade jamais vista na história. Ao lado desta disponibilidade dentro de uma rede global, há uma série de frutas que não entram neste circuito, incluindo as frutas da própria região.

Para facilitar esta exposição será feito um agrupamento, ainda que grotesco, das frutas comercializadas nos supermercados e na cidade: a) as frutas tropicais produzidas em larga escala tais como banana, abacaxi e laranja, acrescendo a este grupo outras como tangerina, mamão, lima, melão, melancia, dentre outras. São frutas comercializadas nas redes de supermercado não apresentando dificuldades para encontrá-las em qualquer época do ano nas grandes cidades de todo o Brasil; b) as frutas "nobres", a tradicional tríade uva, pêra e maça, não mais tão nobres assim, porém não tão populares, já que possuem um preço elevado. Todavia, há vertentes brasileiras como as maças cujo preço mais acessível facilita o seu consumo; c) as frutas "importadas", sem um outro termo mais apropriado para chamá-las, são frutas presentes nas grandes redes de supermercados nas últimas décadas, as quais o Brasil conhecia praticamente as versões processadas: são as ameixas frescas, pêssegos, kiwis, nectarinas, dentre outras; também encontradas com freqüência nas redes de supermercado das grandes capitais; d) por fim, as frutas tropicais locais que não participam da produção em grande escala, logo, ainda respeitam a sua sazonalidade, e são raras nos supermercados. Quando estão presentes, os preços são elevados. A lista é imensa: umbu, siriguela, acerola, cajá, caju, goiaba, jaca, cajarana, jambo, carambola, etc. Teria ainda, algumas frutas locais de outras regiões que começam a entrar no mercado a exemplo do cupuaçu embora também com raridade.

Como estes agrupamentos de frutas residem e dialogam nas gôndolas dos grandes supermercados é uma questão interessante de observar. Em primeiro lugar, vale a ressalva de que, como as redes de supermercados se "nacionalizam", as frutas disponíveis nestes estabelecimentos praticamente são as mesmas em qualquer cidade brasileira. Os três primeiros grupamentos – frutas tropicais, importadas e nobres – estão presentes com uma visibilidade que ofusca o ínfimo e marginal espaço destinado às frutas locais. Um estranho e paradoxal quadro se espelha para o consumidor: o "global" passa a ser mais familiar do que o local que é o estranho e exótico. Todavia, basta o consumidor sair do supermercado para encontrar um vasto comércio informal de frutas da época que invadem e perfumam as ruas de Salvador, especialmente em espaços de comércio popular, e nas feiras tradicionais. Vendem aos "litros"– que na verdade são latas de óleo abertas utilizadas para a medição – ou as unidades. Eles se disseminam pelas ruas da cidade, também nos pontos de fluxo nos bairros nobres – um ponto importante é o próprio entorno dos principais supermercados-, representando uma espécie de resistência pela manutenção

dos sabores das frutas populares não aceitando restringir-se aos sabores que a produção em larga escala impõem. Ilda destacou a disponibilidade de frutas gostosas em Salvador que a encanta: "... ainda mais aqui em Salvador essas frutas diferentes, minha mãe ia para feira trazia assim tudo que é jambo, umbu, siriguela aquelas coisas assim legais até coloridas, acho que essa parte colorida".

Há também na memória de Hélio, com os seus 51 anos, as frutas que ele pegava no pé. Não se come como antigamente, na fala de Hélio, considerando que "antigamente se alimentava". O sabor do ato transgressivo de roubar as frutas no quintal dos vizinhos se perde na memória dos mais idosos vendo uma juventude que rejeita largamente as frutas nas suas práticas alimentares. Os *fast food* parecem representar melhor esta forma de transgressão juvenil. Na fala de Hélio também se observa a mudança da imagem da cidade que nos bairros populares ainda poderia se encontrar a criação de pequenos animais e a presença de hortas, práticas que foram abandonadas à medida que os indivíduos tiveram que se inserir no mercado de trabalho longe das suas casas no processo de urbanização.

Ainda no consumo das frutas e verduras também se encontram signos de distinção. Santos (2002b) alude que "as frutas e verduras de uma dieta distinta não combinam tanto com as frutas tropicais – banana, laranja – como também com aquelas que já foram consideradas nobres – pêras e maçãs, já mais popularizadas, como combinam com as ameixas frescas, pêssegos frescos, kiwis que até a pouco tempo, o Brasil só conhecia em suas versões enlatadas de algumas. Brócolis, tomates caquis, berinjelas, também são consumidos e repletos de símbolos nesta nova disciplina alimentar" (Santos, 2002, p. 27).

O consumo das frutas tem sido recomendado para ser realizado em todas as refeições. Se dispersa no café da manhã completo, na sobremesa do almoço substituindo os doces, nos lanches substituindo a combinação de salgados e refrigerantes, na última refeição antes de dormir, na hora em que a fome aparece e o copo d'água não é suficiente, como pode também se transformar nos sucos, substituindo os refrigerantes e outras bebidas, enfim, as recomendações nutricionais as preconizam em todo tempo e espaço alimentar.

No imaginário dos entrevistados, o consumo de frutas e verduras é considerado uma prática saudável e sem contra-indicações. A lógica é quanto mais consumir melhor. Entretanto, é um dos itens mais difíceis para grande parte deles. É um marco tanto para a saúde como para quem deseja emagrecer sendo resumida no "consumir bastante frutas e verduras". Para Ed, as frutas se

tornaram as “suas amigas”. Porém, mais difícil que as frutas são as verduras e hortaliças. Estas geralmente tomam formas de “saladas”, trazendo para alguns que já inseriram nas suas dietas alimentares uma forma rotinizada de consumo, como é o caso de João:

> Tem tanta coisa gostosa, você chegar na feira, eu chego na feira mesmo: ‘meu amigo! Você me dá um tomate desse?’. ‘Está tudo bem’. Aí lavo o tomate, eu boto na boca e vou comendo, aquilo me faz bem. Você pega cenoura.... me alimenta, eu sinto que está me completando, só proteína. Um pedaço de cenoura de manhã, você um tomar café com raízes de aipim, um inhame, fruta pão, isso é muito gostoso, é melhor do que você se adentrar pão, a manteiga, as coisas que são prejudiciais (João).

A descrição do prazer de João que sente como se estivesse “se completando” quando consome um tomate, exemplifica o prazer da incorporação não apenas do tomate em si, mas também do símbolo do que representa este ato: o ato saudável. Além disso, João associa erroneamente as verduras à fonte de proteína possivelmente por considerar um nutriente importante para si, sendo bom, está presente em todos os alimentos considerados saudáveis. Contudo, para outros não é possível comer todos os dias verduras sob a justificativa de que “enjoa”, idéia recorrente para os entrevistados. As saladas, embora sejam vistas de uma forma geral como saudáveis, há algumas preparações que estão sendo excluídas do cardápio como as saladas de maionese.

Teríamos aqui que destacar o açaí. Tendo um universo empírico cuja maioria são praticantes de atividade física, o açaí aparece como um “verdadeiro vício” que Roberto assemelhou ao vício do chocolate. Santos (2002b) destaca que o açaí, e a sua associação com a “energia”, pode ter um duplo sentido. O primeiro o da energia no conceito da física em si, centrando na transformação da energia química em energia mecânica. O segundo como um conceito mais vinculado com a percepção da energia na sua dimensão espiritual e mística, uma vez que se trata de um produto oriundo da região amazônica, com a sua exuberante natureza, que tem sido disseminado o seu consumo por todo país. Ele também combina, continua Santos (2002b), com multiculturalismo, a busca da diferença, inovação e criatividade e, com evidência, abertura de novos mercados. Tal representação pode ser enquadrada no princípio da incorporação que trata de um pensamento mágico em que os alimentos absorvidos modificam aqueles

que comem e lhes transmitem suas características. Assim, muitas culturas têm a crença de que a alimentação é o poder privilegiado pela qual se pode exercer o controle de si e sobre os outros.

Os líquidos

Dentre os líquidos, as bebidas alcoólicas parecem ser um grande desafio no processo de mudanças, especialmente para os homens, sobretudo das camadas populares. Dois inquéritos ilustram a magnitude do consumo alcoólico em Salvador: o primeiro, um inquérito domiciliar realizado em 2001, teve 66% dos entrevistados que referiram consumir álcool (Almeida Filho e outros, 2004). No segundo, realizado em 2002, o consumo de bebida alcoólica foi referido por 63,6% dos entrevistados cuja preferência foi a cerveja (89,2%), seguido pelo vinho (6,4%). O hábito de beber diariamente foi relatado por 5,2% dos indivíduos, mas a maioria (64,6%) prefere consumir somente no final de semana (Assis e outros, 2002). Este último estudo ainda revelou que 3,1% dos entrevistados possuem o hábito de consumir bebida alcoólica em excesso como também 48,7% dos entrevistados relataram ter alguém na família que consome quantidade excessiva de bebida alcoólica.

Historicamente, o álcool tem sido associado nas sociedades tradicionais a um símbolo de comunhão divina como, por exemplo, o vinho. Kaufmann (2005) afirma que as religiões nas sociedades tradicionais utilizam substâncias psicoativas para permitir a ligação entre o mundo profano e o mundo sagrado, entre os homens e os poderes superiores na idéia da exaltação e do êxtase. Por um momento, ele representa o que é mais elevado, um transporte sagrado.

No mundo contemporâneo, a embriaguez uma atitude repreensível, com graves prejuízos à saúde, e, por conseguinte, o consumo do álcool passa a ser disciplinado através de diferentes campanhas e restrições – a exemplo das proibições de consumo para menores de 18 anos, a obrigatoriedade da publicidade em veicular mensagem educativa como a clássica “aprecie com moderação”. Por outro lado, pesquisas trazem uma certa redenção de algumas bebidas alcoólicas como vinho devido aos seus efeitos benéficos para a prevenção de doenças cardiovasculares. Todavia, deve ser consumido com moderação, ou seja, um cálice de vinho diário está mais próximo a uma forma medicalizada de consumo.

Indubitavelmente, a cerveja é a bebida alcoólica preferencial dos brasileiros e dos soteropolitanos fazendo ela parte do processo de socialização nos períodos de lazer. Alguns entrevistados relataram as suas relações com a bebida tal como Álvaro que não tem dia para beber quase sempre aceitando os convites dos amigos, ou Hélio que assume beber bastante com os colegas e com a esposa, porém aprendeu a intercalar com água para "ir hidratando" e "não ter ressaca" no dia posterior, ou ainda o relato de Sara que se controla quando está sozinha ou com outras pessoas que ela vê que precisa ter controle, ou ainda quando está de "estômago vazio".

Outros entrevistados fazem o controle ou já eliminaram o consumo de cerveja dos seus repertórios alimentares. Em verdade, a cerveja é um dos primeiros alvos de uma modificação das práticas alimentares, um produto de "calorias vazias" que, além de ser visto como algo que "engorda", tem sua representação vinculada à "deixar a barriga crescer" que fez Narciso decidir por não consumir em função da sua "vaidade com o corpo", segundo o seu relato. O que mais chamou a atenção nos relatos foi o impacto nas relações amicais de alguns entrevistados masculinos. Ronaldo explicita melhor esta trajetória com a dieta, a bebida, a relação com os amigos. Ele afirma que tomava muita cerveja e decidiu radicalmente parar de beber.

> Eu tomava muita cerveja. Eu deixei de tomar cerveja de uns três meses para cá (...) eu tenho levado isso muito a sério e espero que eu leve até o final. Eu cortei quando eu estava cortando muita coisa assim radicalmente, a primeira coisa foi a cerveja... (Ronaldo)

Em seguida, Ronaldo se refere ao impacto nas relações de amizade: "Quando você corta algo que não faz tanta diferença, aí nem você mesmo sente, mas quando você corta uma coisa que fazia parte do seu círculo de amizade, as pessoas comentam que você sente falta".

> Eu acho mais importante eu deixar de fazer agora e procurar conscientizar os meus amigos porque eu estou deixando de fazer por uma questão de saúde do que eu ter um problema depois (...) E a questão de ser radical, porque eu conheço muitas pessoas que deixaram de fumar, por exemplo, e com dois meses depois retornaram (...) Eu conheço muitas pessoas que deixaram de beber talvez porque entraram numa religião talvez a maioria porque entraram numa religião e acharam que não deve mais (...)eu não tenho que me

> justificar perante meus amigos que dizendo que 'agora eu sou protestante não bebo'. (...) Eu saio... (com os amigos.) até porque é uma prova de resistência, eles falam 'pôxa Ronaldo, mas está gelada...' eu sei que está...(...) Eles estão aguardando o prazo de validade, mas na minha mente não tem lugar para cerveja (Ronaldo).

Alguns pontos podem ser destacados nestes trechos da fala de Ronaldo. O primeiro deles é sobre as estratégias para parar de beber e os caminhos percorridos que ele comparou a exemplos de trajetórias contra o tabagismo. As duas práticas que têm sido intensamente condenadas pela promoção dos estilos de vida saudáveis e se entrecruzam nas suas relações com a noção de vício. A fala de Ronaldo também demonstra um aspecto importante que é a relação destas práticas com as religiões que condenam o consumo de álcool e fumo, muito mais centrada em uma perspectiva moral do que médica. A sua fala ilustra que possivelmente a rejeição pelo consumo de bebida alcoólica parece ser mais respeitada em seu meio se o motivo for religioso do que opção por uma vida saudável. Ronaldo deixou a entender que a justificativa religiosa seria mais fácil para convencer os amigos. Os extratos também indicaram que os seus amigos não aceitam tal posição e não acreditam que seja sustentável, estabelecendo "um prazo de validade" para a sua decisão. Talvez porque a justificativa não seja plausível.

A experiência vivenciada por João é um pouco diferente, ele decidiu mudar o círculo de amizades. Hoje, continua a beber, porém moderadamente, e com o grupo da própria academia cujo consumo da cerveja é mais controlado, mesmo assim ele utiliza estratégias para dissimular: "Os colegas meus dizem que eu sou enrolão (...) eu participo, dou um golezinho, um toquezinho..."

Outra bebida que foi expressiva em suas menções foi o refrigerante. O refrigerante historicamente associado ao artifício, um alimento calórico, porém não nutritivo, que engorda, e ainda um grande responsável pelas celulites. Fischler (2001) lembra que o consumo da coca-cola esteve associado aos seus efeitos medicinais e eram vendidas nas farmácias, só posteriormente é que o seu consumo se dissemina por todo o mundo. Os entrevistados que mencionaram consumir refrigerante preferiam a sua versão *light* ou as tentativas de um consumo moderado. As argumentações são por possuir "muito açúcar" ou por "ter cafeína" ou ainda "provocar celulite". As restrições também podem ser reservar o seu consumo para os finais de semana. As reflexões baseadas no custo-benefício utilizadas pelos entrevistados nas tomadas de decisão alimentar. Há algumas considerações sobre o consumo do refrigerante

light. Virgínia, que excluiu do seu cardápio o refrigerante, dizia "adorar" e justifica o porquê de não ter optado pelos *diet*:

Álvaro alude que o consumo de água, frutas e sucos são sempre bem vindos. Contudo, confessa exagerar um pouco no refrigerante em especial na Coca-Cola:

> Geralmente eu tomo refrigerante, tomo uma coca-cola. O pessoal fala: 'refrigerante coca-cola faz mal', coca-cola mais ainda. Eu não acredito muito nisso não, porque eu tomo coca-cola desde os 17 anos todos os dias, não sinto nada, nem úlcera, nem gastrite nem agonia na barriga, nada. Eu acho o seguinte: primeiro, vem da pessoa propensa a ter, não sei se é hereditário se é uma coisa assim. Eu só como se tomar uma coca-cola, sem se alimentar, então é melhor não tomar. Eu primeiro me alimento depois tomo coca-cola, ela vai encontrar lá o que ela quer destruir e deixa meu organismo em paz (Álvaro).

A visão da coca-cola é que ela "faz mal" e que "destrói algo no organismo" deixando inúmeros problemas estomacais vêm de longas datas. Álvaro afirmou tomar diariamente e não sentir nada. Todavia, isso não significou não ter regras e cuidados com o consumo. A sua regra é não tomar com o estômago vazio o que pode ter prevenido os seus malefícios, interpretando a sua fala, e deixado 'o seu organismo em paz'.

Os entrevistados não fizeram menção às aguardentes, bebida genuinamente brasileira, que deveria reinar antes da chegada da cerveja ao Brasil nos finais do século XVIII, segundo Câmara Cascudo (2004). Vale lembrar que, além das bebidas alcoólicas e gaseificadas, as bebidas estimulantes, em especial, café, chá e chocolate, estão também no foco das ações alimentares contemporâneas considerando os seus possíveis malefícios. Estas bebidas estimulantes foram difundidas no mundo moderno e tiveram os seus consumos associados à valorização das suas propriedades medicinais e ao consumo aristocrático. Elas também foram parte de um complexo sistema comercial intercontinental que gerou uma parte importante do capital pré-industrial. Novas formas de processamento que geram o café descafeinado, o chocolate *light*, restrições ao acréscimo de açúcar, modificam as tradicionais formas de consumo destas bebidas estimulantes. Paradoxalmente, o homem contemporâneo na busca do prazer hedônico, quase que eufórico, deve procurar os estímulos em outras fontes. Em relação aos líquidos, apenas os "politicamente corretos".

As recomendações em relação a uma alimentação saudável propõem então a restrição do consumo das bebidas alcoólicas e gaseificadas e estimula quase que um uso indiscriminado das águas e também dos sucos. A expressão de Álvaro "os sucos, assim como a água, são sempre bem vindos", se constitui em uma máxima contemporânea, pois não há praticamente restrições a estes consumos – desde que os sucos não possuam açúcar e a água seja de boa procedência.

Os sucos, que já sofreu o impacto com a disseminação dos liquidificadores modificando as suas consistências e sabores, e o impacto dos sucos engarrafados, em caixinhas, dentre outras formas tecnológicas de conservá-los e comercializá-los, hoje, sofre o impacto das polpas de frutas. São indústrias de pequeno e médio porte que produzem, às vezes longe dos olhos da vigilância sanitária, um elenco de polpas de frutas "exóticas" e populares: como umbu, cajá, e a até os sabores mais distantes se popularizam como o suco de cupuaçu. É através das polpas que os sabores destas frutas, embora reinterpretados e até bastante fraudados, se popularizam pelo imenso país e burlam a sazonalidade. O açaí é um grande exemplo disso.

Em relação ao consumo da água, a prática de aportar uma "garrafinha" de água, comum em alguns países europeus, já detona um estilo com algo que revigora, purifica e até energiza. A publicidade explora esta dimensão revigorante da água. Torna-se a grande companheira dos saudáveis, seja para hidratar, seja para enganar a fome, em uma necessidade que parece mais do que vital parece ir além do biológico. A "garrafinha" de água é simbólica e é importante que esteja no centro de uma grande marca empresarial, geralmente apresentando alguma menção atlética, e o seu aporte de sais minerais essenciais para "repor as perdas". Ou ainda tem-se a garrafinha que se exibe carregada na cintura em uma corrida e melhor quando produzida pela própria marca de quem fabricou as roupas atléticas, ou o tênis. Não parece haver um *look* mais representativo da saúde contemporânea. Marcela discorreu sobre a sua prática de sempre levar a sua garrafinha de água para o trabalho, pois, agora, ela não vive sem beber água. A água para hidratar e "enganar a fome" e purificar, renova o seu poder mágico nas recomendações contemporâneas. Não tendo calorias, a água pode substituir qualquer outro líquido ingerível mesmo o leite que, especialmente nos Estados Unidos, já foi recomendado para ser consumido ao sentir sede.

A cidade de Salvador também conta com a abundância de um produto líquido extraordinário neste contexto: a água de coco, um produto "natural"

agora também em versões industrializadas. João passou a tomar “muita água de coco, passei a explorar mais meu pé de coqueiro em casa”.

Em suma, hidratar, purificar é também rejuvenescer. A água, um produto “natural”, sem calorias, fluido, deixa de ser insípido e inodoro para adquirir o sabor *light* da vida.

Outros gêneros alimentícios

Alimentos industrializados x alimentos naturais

Levenstein (2003a) afirma que, entre 1880 e a eclosão da Primeira Guerra Mundial, a indústria alimentar americana foi radicalmente transformada. A agricultura era o maior negócio da nação. Com os efeitos da tecnologia, surgiram grandes corporações: *Swift*, *Armour*, *Wilson*, dentre outros. Os produtos tropicais levaram muitos países para ordem econômica americana como a exemplo do próprio Brasil. Em verdade, as mudanças na história recente da alimentação e da dieta americana não pertencem apenas aos Estados Unidos, e sim todo o mundo, que também sofreu os seus impactos.

Montanari (2003), por sua vez, também alerta para as muitas contradições e os custos sociais que integraram os primeiros decênios da primeira industrialização. Provocou uma mudança radical, mesmo que lenta e progressiva, dos hábitos alimentares e da própria forma de pensar a alimentação. Com a relativa ampliação da disponibilidade de alimentos, a distinção passa a ser mais de ordem qualitativa: produtos poderiam ser de “primeira” ou de “segunda”, ou até sem qualificação, ou até ainda os falsificados. Já aqui no Brasil, Câmara Cascudo (2004) por volta dos anos de 1960, já chamava a atenção para a industrialização dos alimentos que, sob o signo da velocidade, a cozinha era reduzida a um armário de latas, “a técnica limita-se, a saber, abrir uma lata sem ferir os dedinhos” (Câmara Cascudo, 2004, p. 36).

Se, por um lado, a industrialização dos alimentos com a sua produção em massa, trouxe um aumento da disponibilidade dos mesmos, por outro, trouxe outros problemas que estão no centro da inquietude contemporânea: o excesso, o veneno e a toxicidade. A qualidade do alimento moderno não se reduz por vezes à sua aparência, pois o veneno pode estar contido nele: aditivos, colorantes, poluições diversas que perpetuam inquietudes. Destaca que não se tem apenas

a realidade dos perigos contidos nos alimentos, mas também o imaginário do comer. Na tradição de "eliminar" o inimigo – primeiro a deterioração com os aditivos, depois os próprios aditivos criando o produto "natural, sem conservantes", agora a sua ação beligerante contra as gorduras manipulando os componentes nutricionais dos alimentos para que os tornem mais *light.* Desta forma, não se pode mais ignorar a menor molécula, o menor átomo na composição (Fischler, 2001).

Fischler (2001) destaca ainda o problema da identidade com a industrialização planetária dos alimentos. Os comensais não sabem mais o que comem já que o alimento moderno não é mais identificável, um alimento estrangeiro e sem história. Isso é uma das fontes profundas da doença da modernidade alimentar. Frente a esta incerteza radical, uma das respostas é a "reidentificação": rótulos, etiquetas, garantia da originalidade. Desta maneira, parece existir uma reconciliação entre o consumidor e a indústria. Os dois mudaram sendo que o primeiro se familiarizou com os produtos industriais procurando apreciar a regularidade e a comodidade do uso, e o segundo tem a sua própria cozinha cada vez desenvolvida: produtos sucedâneos, produtos originais seguindo técnicas e receitas específicas se não mais apenas uma reprodução aproximativa de receitas domésticas adaptadas à produção industrial.

Os alimentos industrializados foram historicamente associados a uma versão processada do alimento natural: "fraco", "sem sustento" e "sem gosto". Assim foi para o leite artificial em relação ao leite natural puro da vaca, a galinha de quintal em relação ao frango de granja. Exemplos não faltam. Além disso, os alimentos processados escondiam a "verdade" da perda dos nutrientes, mas revelava o uso de aditivos iniciando um novo nicho de mercado: os alimentos naturais.

Hélio, lembrando a sua infância em um bairro popular, observa que era tudo "natural", a alface da horta, as frutas "do pé", a galinha, hoje só congelada, a carne fresquinha da hora, faz do comer contemporâneo algo 'com gosto de nada', algo muito difícil para ele.

A noção estabelecida por Hélio sobre o termo 'natural' pode não se confundir com a reconstrução do natural no presente contexto. Lifschitz (1997 *apud* Canesqui, 2005), estudando a representação do natural em relação à alimentação, identificou quatro saberes: as tribos alimentares, que relaciona o natural com o artesanal e a natureza; os profissionais de saúde, que entende o natural com o saber sobre a "boa" alimentação e a adequação entre as

propriedades dos alimentos e os requerimentos fisiológicos e anatômicos; a indústria, que identifica o natural com o "sem agrotóxicos"; e a publicidade, que vende o natural como um signo de marca comercial. A indústria, por exemplo, sob o termo "sem conservantes" ou "sabor natural de laranja", que pode anexar aos sucos artificiais, ou ainda a associação criada entre os produtos *light* e o termo natural, apesar de toda a manipulação nutricional dos mesmos.

Nos finais dos anos 1980 o "sanduíche natural" invadiu as ruas da cidade de Salvador, ganhando as praias, os praticantes de atividade física, e algumas lanchonetes. A sua fórmula básica consistia em um pão integral em fatias, recheado com frango desfiado ou atum enlatado ou ainda ricota; cenoura ralada, passas processadas, ervilha ou milho também enlatados, azeitonas e maionese. Dentre um recheio de produtos industrializados, difícil é identificar o porquê da terminologia "natural" a não ser a sua contraposição com os hambúrgueres e correlatos que entraram também no cenário do comer baiano na mesma década, delimitando um outro estilo de vida que emergia.

Frente a esta industrialização alimentar em massa, alguns entrevistados se mostraram preocupados com os rumos da alimentação, se ela tem se tornado mais saudável ou tem piorado. Marta considerou que tem dúvidas quando põe tudo na balança, ressaltando a vantagem do acesso à informação sobre os alimentos que se tem hoje. Já Marcela também põe em cheque os dados estatísticos de que o brasileiro está vivendo mais, uma vez que, na sua opinião, a qualidade da alimentação tem piorado. Um frango com hormônios e a busca de um frango de quintal quase que impossível de encontrar, além do alto custo, torna uma incessante luta para garantir uma alimentação saudável.

Em suma, vale salientar que a indústria de alimentos também contribuiu para contrapor a teoria malthusiana, na medida em que participou do processo de ampliação da disponibilidade alimentar, ainda que modificando, homogeneizando os sabores, rompendo laços culturais que envolvem a relação homem e alimento. Produziu também, de um lado, um controle sanitário praticamente extinguindo uma série de patologias associadas ao comer. De outro lado, "produziu" outras tantas novas categorias patológicas, bem como novas espécies de crises alimentares. O seu processo histórico é complexo e longo.

Os produtos *light*

No Brasil, há uma tendência de ascensão do consumo de produtos alimentícios identificados como saudáveis, em especial, os produtos *light*.

Giuvant (2003) traz em seu estudo dados de algumas pesquisas de mercado que ilustra a importância desta magnitude. O segmento de produtos chamado *diet/light* cresce a taxas anuais de 30% nos últimos anos, segundo dados da Associação Brasileira da Indústria de Alimentos Dietéticos e para Fins Especiais (ABIAD). Já a Associação Brasileira da Indústria Alimentícia (Abia) releva que somente as vendas de *light* e *diet* corresponderam, em 2001, a cerca de US$ 1,7 bilhão, dos US$ 47 bilhões faturados pelo setor. Isso significa um crescimento de 962,5% em 11 anos. Desde 1990 a média de lançamentos pulou de 40 a 80 por ano. Não é difícil concluir que os brasileiros têm consumido esta categoria de produto.

É importante lembrar que a maior fonte de informação sobre os *light* e *diet* vem das próprias empresas alimentícias via publicidade. Imagens são construídas em torno destes produtos vinculando-os a um mundo *light*, em um estilo de vida *light* e feliz. Nas entrevistas, foi observado que a questão do consumo dos produtos *light* e *diet* residiram na aceitação do seu sabor com um certo debate sobre se os produtos diferem ou não das suas versões "originais", como também sobre a dúvida em relação a sua efetividade em uma dieta. João aponta: "não, eu não faço muita fé não, eu acho que o *diet*, *light* é a minha academia". Vejamos alguns discursos sobre esta questão: "Quer dizer para mim que existe doce *light* pelo amor de Deus! Doce *light*, açúcar puro! Você está comendo ali está comendo açúcar, às vezes é adoçante. Adoçante é química pura, não!" (Alberto).

> A pessoa tenta se cegar achando que aquilo vai ajudando de algum jeito (...) o que adianta tomar coca *light* com sorvete, com pizza. Então a pessoa tenta ali equilibrar, isso não é equilíbrio para mim se você comeu pizza, vá, no outro dia, e dê uma corrida de manhã cedo... (Roberto).

Os discursos contrários aos produtos *light* estiveram mais presentes nos discursos masculinos que não "dão credibilidade" aos mesmos e centram mais na prática da atividade física como recurso para a manutenção da forma física. Os produtos *light* são considerados produtos femininos. Contudo, há reflexões entre as mulheres considerando que se deve ter um certo cuidado com os mesmos. Apesar dos discursos, há alimentos com redução de calorias como os leites desnatados que não ostentam o rótulo de *light* e que estão sendo consumidos. O termo *light* nos alimentos estão sendo utilizado até em produtos

não alimentares como já foi observado no supermercado uma linha de sabonete *light*. O termo *light* é uma marca para promoção das vendas, se baseando na promoção de um estilo de vida. Por fim, a curta experiência histórica de consumo dos produtos *light* tem deixado no caminho que esta prática não substitui o princípio da moderação.

Açúcares, doces e chocolates

Kaufmann (2005) afirma que a apetência pelo açúcar é antiga. O primeiro momento decisivo da epopéia do açúcar veio do processo de distinção social. Pela sua raridade e seu elevado preço, ele se fixa com a marca do "bom gosto", especialmente dos grandes burgueses rivalizando a aristocracia. Entre os ingleses ele encontrou um espaço "natural" na sua ética protestante ascética. O ascetismo religioso que desconfiava da gordura e do sangue não se preservava dos doces. Também usado contra o stress, fadiga mental, o que deixa até os nossos dias a fórmula "água com açúcar" para "acalmar os nervos".

A apetência pelos doces na Bahia, terra em que a produção de açúcar foi relevante nos tempos coloniais. Marcou este gosto diferencial por estas iguarias, comandadas inicialmente pelas mãos das mulheres portuguesas, ganhando depois popularidade das suas confecções nas mãos africanas. A arte de fazer doces no Brasil colonial é consagrada pelas doceiras que possuíam maior status que as cozinheiras vinculadas ao trabalho escravo. Os quindins, cocadas, os bolos típicos não poupam uma boa quota de açúcar, o que tem sido revisto. No entanto, muitos esforços estão sendo feitos para a redução ou extinção da prática de consumo dos doces e chocolates. Redução do consumo, redução da cota de açúcar na preparação, utilização dos adoçantes artificiais produzidos para preparações são as estratégias.

Chamou a atenção, as barras de cereais que, embora ricas em fibras e de baixo teor calórico, são vistas como produtos energéticos que tem funcionado como substitutos dos chocolates para alguns chocólatras. Alberto e Ilda revelaram fazer freqüentemente esta substituição e considerar satisfatória. Outro produto que não é novo, mas bem preconizado, são as gelatinas. Mesmo ricas em conservantes, espessantes e aromatizantes, a leveza da sua consistência e o baixo teor das calorias as transformam em um produto quase que "natural" e saudável.

Representações dos nutrientes

> Estavam em uma praia em Salvador, quando passava um pescador vendendo o seu peixe recém-pescado. Ele entoava o seu grito para atrair o freguês: 'olha, o Ômega 3, olha o Ômega 3!!' (notas do trabalho de campo, verão 2003).

> Estavam em um bar, saboreando pecaminosamente o queijo coalho acompanhado com melaço e orégano, iguaria formidável, sem lembrar, ou fingir esquecer a sua quantidade de colesterol. De repente, aproxima-se da mesa um vendedor ambulante de castanhas torradas. Logo, ele anunciou que para 'rebater' o consumo das gorduras saturadas do queijo coalho, seria interessante consumir as castanhas pois estas possuíam gorduras polinsaturadas, importante para elevar o colesterol bom. Ele fez outros comentários na tentativa de 'vender seu peixe' deixando a mesa pasma com a sua habilidade e fluência sobre os conhecimentos científicos já popularizados (notas do trabalho de campo, 2004).

Os dois trechos acima se referem a cenas alimentares da cidade de Salvador contemporânea. Elas revelam que a publicidade pautada nos conceitos de alimentos saudáveis não é só um privilégio das grandes empresas e dos órgãos de saúde. Os ambulantes - que geralmente os são por falta de opção de emprego, dificuldades de se inserir no mercado de trabalho, e possivelmente possuem um baixo nível de escolaridade –; se apropriam de alguns discursos científicos que eles têm acesso – possivelmente pela mídia televisiva ou conversas informais – e os utilizam criativamente na tentativa de "vender o seu peixe". Tais cenas estão cada vez mais presentes nos centros urbanos brasileiros. O pescador não vende apenas o peixe e sim Ômega 3, ou seja, vende o produto saúde. Mesmo que para ele não faça sentido ou não incorpore como verdade na sua prática alimentar, o discurso é utilizado profissionalmente. O ambulante que vende castanha caminha na mesma direção, criando uma coerência no seu discurso a fim de convencer a venda do seu produto. É interessante notar como estes discursos sobre os nutrientes, originários da ciência da nutrição dos finais do século XIX chegam ao século XXI se difundindo no meio social, ganhando popularidade.

Parece não ser mais possível falar de alimentação sem a noção de que os mesmos são compostos por nutrientes. Em janeiro de 2006, foi realizada uma entrevista com a pesquisadora Ana Branco, Professora da PUC – Rio, especialista em alimentação, em um programa televisivo em Salvador. A professora afirmava que as sementes funcionam como *bioship* possuidoras de um sistema de informação propondo um outro olhar sobre as práticas alimentares. Todavia, a entrevista não fluía, pois a apresentadora do programa estava centrada no paradigma vigente dos alimentos como um conjunto de nutrientes e como selecionar os mais nutritivos e os menos ricos em colesterol, o que não condizia com os fundamentos da alimentação proposta. Para a professora, os alimentos possuíam "encantamentos" que nutrem o corpo e a alma, propondo o consumo de alimentos em germinação e crus, recém colhidos a fim de utilizar melhor a sua energia vital[15].

À medida que a ciência vai dissecando os alimentos em partes, os nutrientes, e buscando compreender as funções de cada um deles no corpo, os imaginários vão sendo construídos: não é possível dissociar a vitamina C da laranja mesmo que saibamos que outras fontes posteriormente estudadas possuem teores de vitamina C bem mais significativas. Assim acontece com a relação ovo e colesterol que desbancou a relação positiva da gema de ovo e o ferro, também a relação do feijão e ferro, dentre inúmeros outros alimentos[16]. O ferro, ainda associado como algo que dá força, vinculado ainda positivamente ao consumo destas fontes, os alimentos de cores mais escuras, especialmente as cores quentes como o vermelho e o verde escuro. Conforme já aludido, Levenstein (2003b) mostra como as recomendações do consumo de determinados alimentos já estavam sendo difundidas antes mesmo dos isolamentos das vitaminas e minerais e das mensurações das quantidades delas dentro dos alimentos.

No contexto atual, o cenário modifica e outros nutrientes entram na popularidade. Tem-se a má reputação do colesterol e das gorduras como os grandes responsáveis pelas modificações alimentares atuais. Têm-se ainda novas percepções em relação às vitaminas e minerais. Frente à redução dos problemas de carências alimentares em certos setores da população, as investigações em torno dos micronutrientes se voltaram para o seu papel na prevenção das doenças crônico-degenerativas.

Estes discursos podem também estar modificando a própria compreensão do que significa comer. Começa-se a falar em "comer nutrientes" no lugar de comer

alimentos ou comida como afirma Ilda: “eu gosto das coisas do sabor mesmo, gosto muito da proteína da carne do peixe”. A proteína passa a ter um gosto.

Sobre as gorduras e os lipídios

No decorrer deste capítulo já demonstramos algumas estratégias de controle no consumo das gorduras, seja na seleção dos alimentos, ou nas próprias preparações dos mesmos. Evidentemente que a não tolerância à gordura não é uma invenção contemporânea. Os cuidados em torno do consumo de gorduras vêm sendo recomendados a longas datas. No entanto, difere o momento atual em alguns aspectos. O primeiro deles é quanto à compreensão e uso das gorduras. Flandrin (1993) destaca que os cientistas da nutrição do século XX colocam em cena a gordura como um dos três nutrientes fundamentais dos alimentos enquanto que os cientistas anteriores a percebia como condimentos a ser utilizado em pequenas quantidades. Passa a perceber uma espécie de “gordura invisível” nos alimentos.

Canesqui (1976) no seu estudo “comida de rico e comida de pobre”, realizado nos meados dos anos de 1970, notou que as gorduras citadas pelas entrevistadas não foram associadas à “comida” ou “mistura”, e sim a importância que assumem como componentes dos alimentos preparados. Os entrevistados referiram a comida mais temperada ou menos temperada basicamente em termos de maior ou menor quantidade de gordura utilizada. A gordura era atribuída ao componente que confere sabor aos alimentos.

Em seguida, os estudos nos meados do século XX também vêm apontar a relação existente entre colesterol e doenças cardiovasculares que desencadeou o movimento que Claude Fischler batizou de lipofobia. Desta maneira, a intolerância à gordura parecia ser restrita à gordura aparente nos alimentos. Passa por uma intolerância também numa dimensão quase que virtual. Rejeitamos não só as gorduras, mas os lipídios, o seu termo mais técnico-científico. A gordura tornou-se um inimigo invisível e traiçoeiro que pode estar escondido nos alimentos, fornecendo um sabor atrativo como se fosse uma cilada. Alguns extratos trazem a intolerância às gorduras visíveis:

> Gordura!, pouquíssimo, eu tenho horror. Nunca gostei, se eu comer uma coisa muito gordurosa minha boca enche de água, fica enjoada não gosto. Fritura é outra coisa não sou fã (Ilda).

> Uma parte da gordura, a gordura também na comida não me agrada muito, tipo assim pastel frito, aquele óleo do acarajé são coisas que eu tento eliminar, tipo assim repugno um pouco assim, a parte da gordura, hoje. Antes não! Na adolescência, comia fritura, comia pastel tal, hoje eu tenho assim uma barreira com a gordura, com muita gordura, com excesso assim em algumas coisas (Lúcia).

Progressivamente, a sensibilidade em torno das gorduras vai se modificando. As carnes preparadas nos churrascos com as suas densas camadas de gordura que eram uma atração gustativa tomaram uma conotação criminosa para muitos. Esta atração passa a ser interpretada como algo grotesco e, novamente, "não distinto". Assim, quando Virgínia afirma que saiu de "uma alimentação gordurosa para uma mais nutritiva...", nos deixa margem para pensar que as gorduras parecem perder o status de nutriente. O termo nutritivo nos reporta ao saudável e rico em nutrientes. Todavia, os próprios nutrientes precisam ser selecionados dentro desta nova ordem.

Algumas notas sobre o colesterol

Apfelbaum (1996) discute as argumentações em torno da dieta prudente que aponta como a "prudência" tem como recompensa a longevidade. A dieta prudente é explicada por uma fórmula simples: ingerindo alimentos ricos em colesterol, terá colesterol circulante no sangue que poderá bloquear as artérias e aumentar o risco de morrer. A fórmula, ao contrário, seria não ingerindo alimentos ricos em colesterol, este não circulará no sangue, logo, não haverá riscos de morrer, momento em que se coloca um ponto final. A autora questiona pontos como todos estes conflitos vivem em torno de uma evolução crescente na esperança de vida indicando que quanto mais aumenta o número de velhos na população mais temos medo de morrer.

A autora ainda mostra alguns estudos como o do epidemiologista Ancel Keys que indica uma variação muito pequena nos níveis de colesterol sanguíneo em uma população dividida em cinco estratos de acordo com o consumo de colesterol. Além disso, outro estudo mostra que os franceses consomem mais gordura animal do que os americanos, mas estes últimos possuem taxas de mortalidade três vezes maiores do que o primeiro. O denominado "paradoxo francês" indica que a mortalidade por doenças coronarianas é três vezes mais baixa que nos Estados Unidos sendo que eles consomem quantidades similares

de lipídios em geral, muito mais gorduras saturadas e possuem níveis de colesterol similares (ligeiramente elevada). Mostra ainda que os franceses comem quatro a cinco vezes mais frutas e verduras frescas do que produtos dietéticos, eles bebem mais do que os americanos, portanto, são menos obesos.

Já os americanos, estudos indicaram que eles têm respondido de alguma maneira aos apelos pela redução do consumo de gorduras via a utilização dos produtos dietéticos. Estima-se que a população americana reduziu cerca de 30% o consumo de gorduras, entretanto, a obesidade continua em ascensão.

Deste modo, estas breves notas sobre o colesterol estão longe de representar o intenso debate que gira em torno dele. Todavia, estas incertezas não têm impedido as inúmeras condutas para afastar o colesterol dos alimentos e das nossas artérias. Transformou-se em um verdadeiro inimigo de uma vida saudável e plena.

Em suma, a intensidade dos debates em torno dos nutrientes que percorreram todo o século XX, direcionaram definitivamente os rumos da construção de uma dieta saudável. O alimento foi reduzido à condição de "'fonte", uma "fonte de nutrientes", um mero depósito do aspecto central de um alimento. A luz dos conhecimentos atuais são os nutrientes que orientam a classificação, eleição ou rejeição dos alimentos. Talvez os estudos sobre os alimentos fitoterápicos venham a modificar esta lógica racional. Todas estas conduções em torno dos nutrientes foram sentidas por Câmara Cascudo que, expressando uma certa desconfiança quanto aos rumos da nossa alimentação, afirmou:

> A batalha das vitaminas, a esperança do equilíbrio nas proteínas, terão de atender as reações sensíveis e naturais da simpatia popular pelo seu cardápio, desajustado e querido. Falar das expressões negativas da alimentação para criaturas afeitas aos seus pratos favoritos, avós, bisavós, zonas, seqüência histórica, é ameaçar um ateu com as penas do Inferno (Câmara Cascudo, 2004, p. 15).

Reconstruindo as tradições alimentares soteropolitanas

Este capítulo procurou abordar alguns aspectos sobre as mudanças e permanências em relação à alimentação, a comida e os alimentos na cidade de Salvador, a partir dos discursos dos entrevistados. Assumindo um caráter mais próximo de um ensaio, tais questões foram problematizadas sem, no entanto,

apontar direções conclusivas. O foco foi relacionado às mudanças tanto nas práticas, como nas representações dos alimentos e da comida para os sujeitos soteropolitanos sob a édige de uma suposta *lightização* do comer contemporâneo.

As mudanças nas práticas alimentares acompanham não só as determinações externas – novos produtos lançados no mercado, avanços tecnológicos da produção de refeições, a evolução das refeições realizadas fora do domicílio, as mudanças nos cenários alimentares da cidade, as mudanças dos estilos de vida, e as possibilidades de escolha dos indivíduos, fenômeno que marca o mundo moderno contemporâneo; mas também a interação com as formas de comer mundializadas.

Tais mudanças não só afetam aqueles que decidem modificar as suas práticas alimentares, mas também aqueles que procuram, seja qual for o motivo, preservar as práticas tradicionais. Elas penetram sorrateiramente no cotidiano não deixando nem os mais resistentes imunes aos processos. A própria indiferença ou a resistência pode, já por si só, representar uma resposta aos processos modernos das práticas alimentares. Desta maneira, podemos aludir que existe uma rede extensa de posturas e atitudes frente ao comer. Diferente dos discursos oficiais, há um contingente importante de sujeitos que tem buscado atender aos apelos em torno da alimentação saudável, ainda que, a passos lentos, e mesmo que não sejam de uma forma satisfatória. Há resistências, adesões totais ou parciais, diferentes perspectivas que podem ser vistas nas modificações das cozinhas. Deve-se ter em conta, que a evolução tecnológica que traz novos produtos e conhecimentos alimentares é bastante acelerada em relação à resposta dos corpos às mudanças. As práticas alimentares não podem ser vistas como uma intervenção técnica, mas resultante de um conjunto de fatores econômicos, políticos, sociais e culturais.

O comer soteropolitano e as "tradições" alimentares têm sido deslocados para os momentos fora do cotidiano ordinário – os finais de semana e os eventos comemorativos – sendo que, ainda assim, funcionam com boas doses de modernidade conforme vimos nas mudanças das preparações culinárias. O acarajé é um grande exemplo de uma reconstrução das tradições que, ao mesmo tempo, inova e preserva a cultura baiana, um produto neotradicional ou uma tradição reinventada. Assim, neste processo, se configura um jogo neste processo alimentar que envolvem mudanças elementares e estruturais, inúmeros fenômenos como a mudança de status de determinados produtos, elitização ou popularização, ascensão ou declínio, adoção ou repúdio.

Um dos aspectos importantes diz respeito ao gosto alimentar. O "gosto baiano", de uma comida identificada pelos entrevistados como "pesada", "gordurosa", e "exagerada" – poderíamos dizer talvez um gosto alimentar afro-barroco, não tem necessariamente entrado em contraposição com o gosto *light*, já caracterizado no capítulo anterior – e nem com o "gosto *fast food*". Entre as neofobias e neofilias alimentares, o sistema alimentar baiano vai se reconstruindo resultante dos diálogos modernos existentes entre a gastronomia e as ciências nutricionais. Este é um fator primordial de uma das resistências humanas no que tange ao comer: "sentir o gosto", o direito ao sabor hoje tão difundido pelo movimento *Slow Food*. Cascudo (2004) também se preocupou com as questões inerentes ao processo de cientificidade que a alimentação foi assumindo ao longo do século XX, destacando que "é indispensável ter em conta o fator supremo e decisivo do paladar. Para o povo não há argumento probante, técnico, convincente, contra o paladar..." (Cascudo, 2004, p. 15).

As práticas alimentares utilizam múltiplas sensibilidades, sobretudo a gustativa e olfativa, ligando os saberes aos sabores, e ainda a táctil, produzidas pela presença do alimento na boca, sua consistência, temperatura e outras características; a visual, que imediatamente produz desejos ou repugnâncias. As sensibilidades alimentares têm também a sua história e significação. Os nossos sensos estéticos são produzidos pela cultura que se relacionam com os elementos biológicos, seja obedecendo aos seus limites, seja subvertendo para entrar em uma nova ordem. Isso parece o grande aprendizado das ciências nutricionais no decorrer da segunda metade do século XX, frente à complexidade e as inúmeras tentativas de mudar os hábitos alimentares das populações. Não só as sensibilidades gustativas se modificam, mas também as formas taxionômicas de classificar os alimentos e as comidas. Partindo do pressuposto de que a questão para os contemporâneos em relação ao comer é fundamentalmente a de selecionar o que comer e em que proporção, as ações dos sujeitos avançam muito mais além da primeira lógica classificatória entre os alimentos comestíveis e não comestíveis. Os ditames do comer contemporâneo revolucionam um emaranhado bipolar de identificação dos alimentos "bons" e dos alimentos "maus", dos que "engordam" e os que "não engordam", os "gordurosos" dos "não gordurosos", "saudáveis" e "não saudáveis", "nutritivos" e "não nutritivos", "calóricos" e "não calóricos", "naturais" e "não naturais"

dentre tantas outras possibilidades classificatórias. Evidentemente, que tais classificações nunca foram imutáveis, elas sempre evoluíram ao sabor das inovações tecnológicas, científicas, as necessidades alimentares, dentre outros aspectos.

Todavia, quanto mais avançam os estudos sobre os alimentos, desnudando as suas essências, mais complexas ficam as possibilidades de classificá-los. Por exemplo, o queijo que era visto como uma fonte de cálcio importante, hoje tem um foco maior na sua fonte de gorduras saturadas. Tornando-o *light* para aproveitar as suas fontes protéicas e de minerais pode trazer um elemento complicador, uma vez que a absorção do cálcio depende dos fatores biodisponíveis, dentre os quais, a gordura é um deles. Aparece a noção dos fitoterápicos que não são nutrientes, e sim substâncias farmacológicas que integram os alimentos e que possuem propriedades importantes para a saúde. Múltiplas pesquisas avançam no aprofundamento do papel dos alimentos funcionais na alimentação humana. Mais um complicador no processo classificatório. Em suma, os paradigmas científicos utilizados para classificar de uma forma dicotômica os alimentos não condizem com a complexidade de um alimento na sua totalidade. Este alimento preserva então contradições que são inerentes à vida humana porém não aceitos pela ciência positivista.

Além disso, lembrando da afirmação de Morin (1994), a distinção entre o pensamento racional – especialmente aqui aquele que norteia o pensamento científico – e o pensamento mágico jamais será clara. Percebemos no decorrer do capítulo que esta última forma de pensar esteve presente nas representações e práticas desenvolvidas pelos sujeitos sobre os alimentos e a alimentação. Fischler (1994) na introdução da obra *Penser Magique* discorre sobre a obra de James George Frazer que aponta a lei de similitude e a lei do contágio, contudo, era apenas relacionado aos povos primitivos.

O autor discute que um século depois, ainda perdura a idéia de que o "pensamento mágico" representa "resíduos simbólicos da cultura contemporânea" proclamando que não significa apenas isso, pois não se trata de uma desvantagem, e sim de uma parte constitutiva do funcionamento humano. A própria publicidade assume um papel fazendo um apelo ao pensamento mágico – as publicidades em torno dos adoçantes artificiais, das bebidas energéticas, dentre inúmeros outros exemplos. O pensamento racional coexiste ao lado do pensamento mágico, e a própria ciência toma conotações mágico-religiosas à medida que se conclama com a detentora da verdade única.

Ampliando as ilustrações sobre isso, os entrevistados não pareceram identificar da mesma forma um alimento energético e um alimento calórico. O alimento energético fornece "energia" para as atividades diárias de uma forma quase mística, sendo que os calóricos eram aqueles que engordavam. As massas é um exemplo desta categorização que tem sido vista mais como um alimento energético do que um alimento calórico como fora outrora interpretado. As próprias concepções de um alimento forte tradicionalmente vinculado a um alimento que "sustenta" – e que faz, portanto, "suar" – fica suprimido frente a sua concepção de alimento "pesado", de difícil digestão, e altamente calórico.

Nemenoff (1994) discute a classificação de alimento bom e do alimento mal nos Estados Unidos, sendo este julgamento entendido como um julgamento moral, baseado em valores puritanos, mas também na crença de contágio/poluição. Ao curso da tradução da linguagem dos especialistas para a linguagem profana, o senso se modifica, tornando-se cada vez mais vago, e mais próximo das teorias populares pré-existentes. Sobre esta questão do contágio e da poluição, Rozin (1994) resgata as idéias de James G. Frazer (1890 - 1981), Edward Burnett Tylor (1871) e Marcel Mauss (1902 - 1950), em que a lei do contágio significaria um princípio universal e fundamental, ligando a noção de contágio à de preservação da pureza. Seria, então, quando duas naturezas entram em contato, certas propriedades fundamentais se transferem de uma para a outra de maneira permanente. Trata-se da máxima: "uma vez em contato, sempre em contato". Por outro lado, a lei de similitude, a aparência é igual à realidade. O autor traz o exemplo do filme plástico envolto nos alimentos contemporâneos que uma impressão do não contágio. Poderíamos também exemplificar alguns comportamentos frente aos alimentos ricos em colesterol – por alguns vistos até como uma doença – em que são evitados de uma maneira particular: possui colesterol, logo, não consumir, melhor nem experimentar reforçando a idéia do contágio.

Tem-se ainda que alimentos não são apenas divididos em "bons" e "ruins", eles também são submetidos a uma hierarquia de valores: as carnes brancas são consideradas melhores do que as vermelhas, mas dentre as carnes brancas, a carne do peixe é considerada melhor do que a carne do frango. Dentro do universo dos peixes, deixando submersas as discussões sobre a sua contaminação por metais pesados, há também uma hierarquia que colocam peixes como salmão, sardinha e atum como os melhores pela sua riqueza em Ômega 3, embora o salmão seja um peixe de alta caloria. Já no universo animal, as partes

também vão variar na classificação: o "músculo bovino" se apresenta como mais saudável do que as carnes "moles" que possuem um maior teor de gordura. O peito de frango parece que foi eleito para o consumo saudável particularmente quando grelhado.

As formas de conservação também têm o ícone de saúde: os frescos superam os resfriados que superam os congelados, que, por seu turno, superam os enlatados, os defumados e as salgas assim por diante. Por fim, deve-se selecionar a preparação: grelhados têm o maior símbolo, mas os cozidos e assados são bem classificados deixando os fritos com a mais baixa cotação. Nos legumes, os crus têm preferência para alguns gêneros alimentícios, seguidos pelos cozidos ao vapor. Em suma, a racionalidade dietética além de selecionar, é importante hierarquizar. Não basta escolher o "bom", deve-se escolher o "melhor", uma lógica bem apropriada ao capitalismo competitivista.

Os exemplos são inúmeros. Deixando-os de lado, iremos pontuar a questão do alimento saudável e não saudável. Esta classificação parece ser uma das principais que se encontra no centro da inquietude alimentar para a constituição do corpo contemporâneo. Questionaríamos: o que seria um alimento saudável no bojo deste processo? O alimento saudável se confunde com o alimento nutritivo, natural, não calórico, não gorduroso, leve e, um aspecto não discutido ao longo deste estudo, mas de extrema importância, um alimento seguro.

A idéia do alimento saudável, assim como da alimentação saudável, ao nosso ver, existe apenas em um pensamento utópico. Parafraseando Lucien Sfez (1996), com o seu trabalho sobre *A Saúde Perfeita*, poderíamos propor a idéia do "mito do alimento perfeito" criado para um mundo, estável, harmônico, equilibrado, sem contradições e paradoxos. Um alimento imortalizado pelas técnicas de conservação que lhe garante a eterna juventude, higienizado de forma a não haver doenças que o destruam nem muito menos provoquem doenças ao corpo humano, detentor de todos os nutrientes necessários de forma equilibrada, e natural frente ao mito do eterno retorno às origens, no Jardim do Éden, antes da mordida da maça. O alimento perfeito para uma dieta perfeita que se corporifica na construção da alimentação saudável, necessária para a construção de um corpo não menos perfeito. Os soteropolitanos encontram à sua frente este desafio em relação às suas formas de comer e pensar a comida.

Notas

[1] A gastronomia aqui é entendida como uma estetização da culinária e das maneiras à mesa, mais voltada para o hedonismo do que os objetivos biológicos da alimentação (Poulain, 2003).

[2] Lembrando que os ícones nacionais geralmente são ícones locais "nacionalizados", que vai expressar uma relação de poder. Os exemplos dados sobre as expressões da nacionalidade brasileira vieram do centro político e econômico do país naquele momento, que seria o modo de vida carioca, sendo o Rio de Janeiro a capital brasileira na época.

[3] Chama a atenção o termo Acarajé "da" e não "de", o que pode marcar uma turistização uma vez que não é da prática lingüística do baiano utilizar artigos antes dos nomes próprios, seria o uso do "sotaque do Sul", "nacionalizando" o acarajé.

[4] O azeite de dendê, o leite de coco e a pimenta são os ingredientes típicos da culinária baiana de azeite. Todavia, para a preparação de um caruru, vatapá e outras iguarias também é necessário agregar um complexo de cebola, gengibre, camarão seco, castanhas e amendoim, além do coentro. Todos os ingredientes formam o fundo da cozinha baiana de azeite.

[5] Mercado das Sete Portas, mercado tradicional de Salvador.

[6] O consumo de vísceras é também tradição européia a exemplo de sarapatel que segundo Costa Pinto Netto (1986) tem uma "versão" portuguesa que é o sarrabulho.

[7] Composição dos produtos das empresas *Linguanotto* e *Kitano* encontradas nos seus respectivos *sites* acessado em 06 março 2006.

[8] Retirado do Caderno de Notas Culinárias de D. Dulce, não publicado, uma forma de preparo utilizada até por volta da década de 1980.

[9] O uso da pimenta e cominho é uma combinação tão essencial que empresas alimentícias produzem já combinadas: "pimenta e cominho". O cominho e a hortelã são tão essenciais para a culinária cotidiana soteropolitana quanto o azeite de dendê é para uma moqueca ou acarajé.

[10] Notemos a exploração das imagens veiculadas pela publicidade do "gotejar" o adoçante nas bebidas como um ato de elegância, refinamento e charme ao lado da simplicidade do uso, da leveza e sensualidade ao provar.

[11] Por conseqüência, as grandes empresas alimentícias que produzem margarinas já estão exibindo nas suas embalagens "livre das gorduras trans", largamente vistas nos supermercados.

[12] Talvez a culinária brasileira cotidiana seja uma das poucas do mundo que consegue combinar no mesmo prato as principais fontes energéticas alimentares de todos os continentes.

13 Na ilha de Gorée, a última *Maison des Esclaves*, construída pelos holandeses no século XVIII, considerando que o valor do escravo estava também associado ao seu peso, aqueles que se encontravam abaixo dos 60 quilos, eram submetidos a uma dieta especial a base de farinha de feijão (www.un.org, consultado em 16 março 2005).

14 Publicidade de *outdoors* de uma churrascaria em Salvador, no verão de 2003, com alusão ao contexto político nacional em que um presidente de esquerda assume o poder.

15 Entrevista concedida no Programa TV Revista da TV Educadora em 6 janeiro 2006.

16 Não podemos esquecer da criação americana da personagem Popeye e o espinafre.

À guisa da conclusão

Um argumento sustentado neste livro é que há uma espécie de *lightização* dos corpos e do comer no âmbito soteropolitano, o que, em síntese, pode representar um processo de *lightização* da existência. Desta forma, novas disciplinas corporais e alimentares, assim como modificações no espaço citadino e de seus equipamentos sociais, são construídas na tentativa de instituir uma nova ordem. Tais processos estão em consonância com as influências mundiais que ditam novos padrões corporais e alimentares como também os próprios processos de modernização pelos quais passa a cidade, fortemente capitalizada pelos empreendimentos turísticos. Destarte, para uma cidade que deseja ser moderna e integrada ao contexto nacional e internacional, não é suficiente atualizar o seu conjunto arquitetônico e o seu parque industrial. É necessário também modernizar os seus corpos, as suas práticas corporais e alimentares cotidianas.

Neste processo de *lightização* da vida passa pela valorização da leveza na existência. Obviamente, a busca da leveza do ser não é algo novo na história. Está presente nas tentativas de libertar a alma do corpo que o aprisiona, nas práticas de meditação, nas tentativas de conter as dores, sofrimentos e pecados que se tornaram pesos para a vida, enfim, existem inúmeros exemplos. No contexto da modernidade, a leveza também perpassa pela construção do indivíduo supostamente liberto das constrições sociais e familiares, sendo agora responsável pelo seu destino e definição dos seus próprios valores morais e éticos. Entretanto, é no corpo magro, jovem e saudável e no gosto *light* que a noção de leveza encontra algumas de suas materialidades mais expressivas.

Este estudo nos deixa algumas questões: quais seriam os pontos de confluência entre o indivíduo *light* contemporâneo e o indivíduo soteropolitano. Na densidade afro-barroca ainda presente nos corpos e no comer da "boa terra" pode encontrar uma leveza tropicalista quando o cantor Caetano Veloso aponta na sua canção *Alegria Alegria*: "caminhando contra o vento, sem lenço e sem documento...", e "nada nos bolsos ou nas mãos"; ou no pai do Rock Raul Seixas que mescla os então emergentes ritmos americanos com os ritmos locais e uma boa dose de misticismo, ou ainda nas baladas do *axé music* que provocam experiências corporais eufóricas e efêmeras. Pode ainda estar nas praias, na brisa, na iluminação solar ou nos ritmos da temporalidade no cotidiano da cidade. Qualquer que seja, entre mitos e verdades, o produto "alegria" se conecta

com a noção de "leveza existencial" e está sendo vendido aos turistas e aos residentes desta terra, escondendo atrás de si o intenso "peso" dos seus problemas sociais e econômicos presentes nos quatros cantos da cidade.

Outro ponto é que, nesta lógica modernizante, o "peso" do "destino" de ser baiano ou baiana, no sentido mais comum do termo, se reduz à medida que se ampliam algumas possibilidades de escolhas, ainda que limitadas para uma grande parte da população: existem "baianidades" diversas e contemporâneas que estão sendo construídas. Citaremos dois exemplos. O exercício da corporalidade negra não se contenta em trabalhar apenas com os elementos culturais locais. O negro jovem baiano acessa o mundo via as telas da mídia e incorpora o *hip hop*, o rock, novas formas de vestir, de estilizar o cabelo e dançar, grande parte capitalizada pelos movimentos negros americanos que são mais acessíveis do que os próprios ícones africanos. Provam também o gosto do hambúrguer ao lado do acarajé.

Há também a inegável presença de outras religiosidades ao lado do catolicismo e do candomblé cuja expressividade é considerável. Os evangélicos, que freqüentemente estão em conflito com as religiosidades de base africana, reúnem um grande contingente de fiéis nos seus cultos, sendo muitos deles afros-descendentes. Neste universo, os exercícios de corporalidades são divergentes, no seu vestir, no seu andar, no seu comer, enfim, no uso cotidiano do corpo na "cidade do axé". Como se relacionam estes corpos na cidade - que atualmente comandada por um prefeito evangélico - é uma questão.

Por exemplo, é necessário aprofundar o que realmente significa o "Acarajé de Cristo". Em um breve olhar, não parece suficiente reduzir a questão a uma mera busca de uma fatia no mercado. Os evangélicos, sob intensos protestos das religiões de matrizes africanas, se apropriam do acarajé construindo uma ressignificação simbólico-religiosa do mesmo, abrindo assim as possibilidades da sua experimentação "sem pecados" pelos próprios evangélicos e outros baianos. É como se vissem o acarajé como um produto da "baianidade" e não mais da religiosidade afro-brasileira.

O estudo também foi permeado por uma afirmação, ainda que provisória, do comer baiano, como um comer afro-barroco. Poderíamos supor que o mundo afro-barroco dos baianos e soteropolitanos, visto como um traço característico da nossa cultura ainda nos dias atuais, também influencia as formas de comer e de compreender a comida. As marcas do excesso, da voluptuosidade do ouro que se confunde com o dendê nos seus pratos ornamentados em cores, temperos fortes e cheiros típicos, extrapolando os limites do "necessário";

foram também traduzidas pelos entrevistados quando caracterizaram comida baiana como "pesada" e "exagerada". Expressa também nos discursos sobre o jogo sensorial que envolve a comida baiana, quase que erótica e afrodisíaca.

Desta forma, apresenta-se para o soteropolitano um cardápio com a tríade de sanduíche natural, hambúrguer e o acarajé que, com a sua clássica atração pela diversidade, parece está optando pelos três, utilizando a sua vocação antropofágica que tão bem assimilou dos modernistas dos anos 1930.

A construção deste trabalho se constituiu em inúmeros enfrentamentos. O primeiro deles foi exatamente a construção das relações entre o comer e o corpo. As tentativas de entrecruzar as reflexões e as produções literárias dos dois campos foi uma tarefa complexa e ainda incompleta. Muito restou a se discutir sobre esta relação. Um outro aspecto foi que, assim como para o corpo, o comer e a comida também representam um desafio para a linguagem e descrição. A comida tem a sua materialidade como resultado da alquimia da cozinha – a transformação da natureza em cultura na perspectiva de Claude Lévi-Strauss –, e o seu produto final com um tempo de vida efêmero. Ou seja, a sua materialidade finda no ato do comer. Esta existência efêmera é difícil de ser apreendida. Os processos culinários têm hoje nos livros de receita e programas televisivos os seus espaços de registros e transmissão de saber, mas que não conseguem traduzir todos os aspectos – o "ponto" da consistência, o tempo necessário para marcar a divisão entre o alimento cru e o alimento cozido "no ponto", e outros detalhes indescritíveis da experiência culinária que as sensibilidades refinadas conhecem os mistérios.

No que tange ao comer, tem-se uma prática repleta de gestos, posturas e modos de expressão com uma infinidade de detalhes complexos. Por exemplo, foi citada a noção de mistura no prato do brasileiro. Em muitas práticas do comer brasileiro e baiano, a farinha é um componente de interligação entre os itens alimentares de um prato. Para tanto, uma complexa orquestração dos talheres produzida por gestos hábeis se faz necessária, marcando diferenças culturais no uso desta prática. Percebem-se aqui as indicações de Marcel Mauss em seu texto *As Técnicas Corporais* (1974) afirmando que os gestos mais naturais são regulados em secreto pelas normas coletivas. A teatralidade do comer e as metáforas que esta prática produz são também traduzidas por outras formas de linguagem a exemplo da literatura e do cinema[1]. Nas práticas alimentares contemporâneas novos gestos e metáforas são também produzidos, constantemente relendo as anteriores e criando novas.

Um outro conjunto de desafios foi o estabelecimento de diálogos entre o global, nacional e o local no que tange às realidades estudadas, mas também a interação entre as literaturas produzidas por distintas culturas. Estiveram imbricados ainda com os árduos diálogos entre a teoria e prática, o escrito e observado, o pensado e o sentido, que se ancoraram em um constante processo de ir e vir, quase que vertiginoso, para conceber esta produção.

No que tange ao enfrentamento do local, a cidade de Salvador como o primeiro recorte do estudo, abre-se um novo elenco de desafios. O primeiro é estudar o próprio meio, o que representa ser objeto e sujeito ao mesmo tempo em muitos momentos. Projetar-se no universo empírico da forma que lembra os mais clássicos recursos metodológicos da antropologia e, ao mesmo tempo, afastar-se dele foi um exercício teórico-metodólogico importante. As estadias fora da cidade foram também fundamentais para a apropriação da cidade e dos objetos por ângulos diferenciados.

Além disso, mais dois pontos podem ser destacados ainda em relação ao enfrentamento local. A extensão dos impactos desta modernidade observadas neste estudo ficou restrita às margens da Baía de Todos os Santos, onde os ventos têm soprado com mais veemência, percebendo apenas os ecos da pobreza que se instalam na cidade moderna. Na sua vasta periferia, outras realidades em relação às práticas corporais e alimentares podem ser registradas, locais nos quais os ventos da modernidade chegam com uma grande fragilidade. Seriam outras leituras e interpretações das modernidades que fazem parte, de alguma forma, dos seus cotidianos. O outro ponto relevante foi o reconhecimento de que estudar estas questões em Salvador é imprescindível também estudar o Recôncavo Baiano. Estes dois espaços, que teve a sua cumplicidade umbilical segmentada pela transição do eixo modernizante para o litoral norte da cidade, têm muito a dizer sobre as práticas corporais e alimentares soteropolitanas.

No que tange ao universo empírico, o segundo recorte do estudo, o desafio foi relacionar os fragmentos de uma realidade particular e compreender estas trajetórias situando-as no contexto mais global do espaço urbano. Além disso, como conseqüência da escolha do espaço para a seleção dos entrevistados, a academia de ginástica, os discursos dos sujeitos estiveram mais próximos a uma aceitabilidade das novas concepções sobre o corpo e o comer. O discurso da "resistência", ou seja, daqueles que se apresentam indiferentes ou resistentes a estas novas prescrições, ampliaria as perspectivas aqui trabalhadas. Vale lembrar

que tais atitudes não significam que os sujeitos são imunes aos processos gerais, elas também representam uma resposta a estes processos. A resistência, por exemplo, só emerge quando se tem uma ameaça. A marca deste grupo poderia ser uma expressão que escutei no decorrer do trabalho: "adoro esta promiscuidade alimentar!". No que tange à indiferença, esta não é tão passiva ou imóvel quanto sugere, ou pretende sugerir. A indiferença é uma atitude ativa em relação aquilo que não se quer considerar ainda que reconheça a sua existência. Difere da não ação ocasionada pelo desconhecimento.

Um outro campo de desafios diz respeito ao estudar o cotidiano. Os processos de mudança nas práticas cotidianas chegam por vezes de uma forma sorrateira, ameaçam as rotinas, se instalam, se acomodam e se impõem como uma nova ordem na vida ordinária, sem às vezes termos plena consciência sobre eles. Alguns entrevistados perceberam isso no decorrer da entrevista. Perceber tais processos demanda um apuramento no olhar para desvelar nas minúsculas ações, os aspectos referentes aos fenômenos estudados. Conversar sobre o corpo e a suas práticas cotidianas é como se fosse abrir a "caixa de Pandora" que levantam as insatisfações secretas, as pequenas histórias cotidianas, segredos, banalidades, ressonâncias, contradições e conflitos que marcam as existências dos seres humanos na construção minuciosa da vida cotidiana. É um fundo inesgotável de múltiplas verdades e percepções de mundo.

Desta maneira, as questões que conduzem as práticas corporais e alimentares dos sujeitos são mais profundas do que a racionalidade médico-nutricional. Por outro lado, isso não significa negar as descobertas científicas que indicam os benefícios da dieta e do exercício físico para o aumento da qualidade de vida dos sujeitos, o que seria, no mínimo, um absurdo. No entanto, o que este estudo procurou apontar, sob a ótica dos sujeitos, questões que estão submersas no cotidiano ordinário e que se traduzem em problemas importantes para a existência humana. Muitas vezes, estas questões não são consideradas nas formulações de políticas para o corpo e para o comer, e nas interpretações destes problemas e não podem ser reduzidas a uma mera lógica da responsabilização dos sujeitos.

Por fim, este livro procurou, sobretudo, focalizar tendências do que trazer comprovações no bojo de uma cidade que se constitui em uma denominada "província planetária", como afirma Antonio Risério (2004), que preza, desde as suas origens, pela miscigenação de tradições, diversidades e modernidades. Este foi o maior desafio...

Notas

[1] Em relação às produções cinematográficas que discutem o comer de diferentes perspectivas, pode-se citar: *A Festa de Babette* de Gabriel Axel; *Comer, Beber e Viver* de Ang Lee, *A Comilança* de Marco Ferreri; *O cozinheiro, o ladrão, sua mulher e o amante* de Peter Greenaway, dentre tantos outros.

Referências

ACARAJÉ EM PÓ. Disponível em: http://www.inova.unicamp.br/inventabrasil/acarajp.htm. Acesso em: ago. 2005.

ALMEIDA FILHO et al. Alcohol drinking patterns by gender, ethnicity, and social class in Bahia, Brazil. *Rev Saúde Pública* v. 38, n. 1, p. 45-54, 2004.

AMADO, J. *Bahia de Todos os Santos*: guia de ruas e mistérios. Rio de Janeiro: Record, 1996.

AMADO, J. *Dona Flor e seus dois maridos*, Rio de Janeiro: Record, 2002 .

AMADO, P. J. *A comida baiana de Jorge Amado*: ou o livro de cozinha de Pedro Arcanjo com as merendas de dona Flor. Rio de Janeiro: Record, 2003.

APFELBAUM, M. La magie et la science, la magie dans la science. In: FISCHLER, Claude (org). *Pensée magique et alimentation aujourd'hui*. Les Cahiers de l'OCHA, n. 5, Paris, 1996, 132 p.

ARNAIZ, M. G. *Paradojas de la alimentación contemporánea*, Barcelona: Icaria Editorial, 1996.

ASSIS, A. de O. et al. *Perfil alimentar e nutricional de adolescentes, adultos e idosos da cidade de Salvador*, Relatório Técnico, Salvador: Ministério da Saúde/Secretaria de Saúde do Estado da Bahia, 2002.

BALLONE, G.J. *Transtornos Alimentares*. In: PsiWeb. Disponível em: http://psiweb.med.br/anorexia.html. Acesso em: 23 set. 2003.

BATISTA FILHO, M; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. *Cad. Saúde Pública*, v. 19, suppl. 1, 2003.

BOSCHER, Virginia Marques. La Feijoada: plat emblématique, expression d´une identité brésilienne em France. XVIIème congrès de l'AISLF. Tours juillet 2004. CR 17 "Sociologie et anthropologie de l'alimentation". *Lemangeur-ocha. com.* Mise en ligne juin 2005.

BORDO, S. O corpo e a reprodução da feminilidade: uma apropriação feminista de Foucault. In: JAGGAR, A; BORDO, S. R. *Gênero, Corpo, Conhecimento*. Rio de Janeiro: Ed. Rosa dos Tempos, 1997.

BORDO, S. *Unbearable Weight*: feminism, Western culture and the body. Berkeley, Los Angeles: University California Press, 1993.

BOURDIEU, P. *La Distinción*. Criterios y bases sociales del gusto. Madrid: Taurus, 1988.

CANESQUI, A. M. *Comida de Pobre, Comida de Rico: um estudo sobre alimentação num bairro popular*, Campinas, 1976. 267f. Tese (Doutorado), Departamento de Medicina Preventiva e Social, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade, Universidade Estadual de Campinas.

CANESQUI, A. M. Antropologia e alimentação. *Revista de Saúde Pública*, v. 22, n. 3, p. 207-216, 1988.

CÂMARA CASCUDO, L. *História da alimentação no Brasil*. São Paulo: Global, 2004.

CARVALHO, M. G. *PNUD apóia combate a racismo em Salvador.* PNUD Brasil, Salvador, 18/04/2005. Disponível em: http://www.pnud.org.br/raca/reportagens/index.php?id01=1129&lay=rac. Acesso em: 26 abr. 2008.

CASTIEL D.; VASCONCELOS-SILVA R. Internet e auto-cuidado em saúde: como juntar trapinhos?. *História, Ciências e Saúde* - Manguinhos, v.9, n. 2, p. 291-314, 2002.

CASTRO, A. L. de. *Culto ao corpo e sociedade*. Mídia, estilos de vida e cultura de consumo. São Paulo: Annablume: Fapesp, 2003.

CHALANSET, Alice. Le revê sécularisé. In: CHALANSET, A. (org.). Légèreté: corps et âme, un rêve d'apesanteur. *Autrement*. *Collection Mutations* no 164. Paris: Éditions Autrement, 1996.

COMIDA DE RUA É SEMPRE UM RISCO: Quitutes vendidos por ambulantes nem sempre têm a higiene e a qualidade necessárias à preservação da saúde. Jornal de Brasília, 17/07/2004. Disponível em: http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/redenutri/julho/19-07_04.pdf. Acessado em 21 de abril de 2004.

CORBEAU, Jean-Pierre. Aurons-nous à manger, que vais-je manger? In: CORBEAU, Jean-Pierre; POULAIN, Jean – Pierre. *Penser L'alimentation*: entre imaginaire et rationalité. Paris: Édition Privat, 2002.

COSTA LIMA, V. As dietas africanas no sistema alimentar brasileiro. In: CAROSO, Carlos; BARCELAR, J. (org.). *Faces da Tradição Afro-Brasileira*: Religiosidade,

Sincretismo, Anti-Sincretismo, Reafricanização, Práticas Terapêuticas, Etnobotância e Comida. Rio de Janeiro/Salvador: Pallas; CEAO, 1999.

COSTA PINTO NETTO, J. *Cadernos de Comidas Baianas*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro; Salvador: Fundação Cultural do Estado da Bahia, 1986.

COURBEAU, J.P. Les canons dégraisées: de l'esthétique de la légèreté au pathos du squelette: um approche sociologique de l'anorexie. In: HUBERT, A. (org.). *Corps de femmes sous influence: questionner les normes.* Paris: Les Cahiers de L'Ocha, no 10, 2004.

COURTINE, J. J. Os Stakhanovistas do Nascisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT'ANNA, D. B. *Políticas do Corpo*. Elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

COURTINE, Jean-Jacques. Le miroir de l'âme. In: CORBIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (org). *Historie du Corps*. 1. De la Renaisssance aux Lumières. Paris: Éditions du Seuil, 2005.

COUTO, Edvaldo. Uma estética dos corpos modificados. Palestra proferida no Seminário *O Corpo da Imagem e a Imagem do Corpo,* Salvador, EBA/UFBA, março, 2004.

DA MATTA, R. Sobre o simbolismo da comida no Brasil. *Correio da Unesco*, v.15, n. 7, p. 21-23, 1987.

DE CERTEAU, M. *A invenção do cotidiano*. Morar, cozinhar. Petrópolis: Ed Vozes, 1994.

DOUDOU DIÈNE: "RACISMO TEM PROFUNDIDADE HISTÓRICA". CMI Brasil, 29 outubro, 2005**.** Disponível em: http://www.midiaindependente.org/pt/blue/2005/10/334837.shtml acessado em 22 de abril 2008.

EMAGRECENDO. Disponível em: www.emagrecendo.com .br. Acesso em: 15 jan. 2006.

FARGELI R. A; WANDEL, M. Gender Differences and Practices with Regard to a "Healthy Diet". *Appetite*, 1999, v. 32, p. 171-190, 1999.

FEATHERSTONE, M. The body in consumer culture. In: FEATHERSTONE, Mike; HEPWORTH, Mike; TURNER; Bryan. *The Body*: Social Process and Cultural Theory. London: Sage Publications, 1991.

FISCHLER, C. Gastro-nomie et gastro-anomie: sagesse du corps et crise bioculturelle de l'alimentation moderne. *Communications,* n. 31, p. 189-120, 1979.

FISCHLER, C. Obèse bénin, obèse malin. In: PIAULT, Fabrice (org). Le mangeur. Menus, maux et mots. *Autrement*, Coll. Mutations/Mangeurs, n. 138, Paris, 1993.

FISCHLER, C. Obeso Benigno, Obeso Maligno. In: SANT'ANNA, D. B. *Políticas do Corpo*. Elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

FISCHLER, C. Pensée magique et utopie dans la science : de l'incorporation à la <diète mediterranéenne>. In: FISCHLER, C. (org). *Pensée magique et alimentation aujourd'hui*. Les Cahiers de l'OCHA, n. 5, Paris, 1996.

FISCHLER, C. Notas do Seminário: *Obesité, Evolution et Environnement*, ministrado por Claude Fischler, École de Hautes Études en Sciences Sociales - EHESS, novembro 2005.

FISCHLER, C. *L'Homnivore*, Paris: Odile Jacob, 2001.

FLANDRIN, J. L.. Le goût a son histoire. In: PIAULT, Fabrice (org). Le mangeur. Menus, maux et mots. *Autrement*, Coll. Mutations/Mangeurs, n.138, Paris, 1993.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade*. O uso dos prazeres. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2001.

FREITAS, M. do C.S. Mulher Light: Corpo, Dieta, Repressão. In: FERREIRA, S. L. & NASCIMENTO, E. R. *Imagens da Mulher Contemporânea*, Salvador: NEIM/UFBA, 2002.

FEDERICO, Vicente. *Guia de Bares e Botecos de Salvador*. Salvador: V. Federico, 2005.

FREITAS, M. do C. S. *Agonia da Fome*, Salvador: EDUFBA; Rio de Janeiro: Ed. FIOCRUZ, 2003.

GARCIA, R. Wanda D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana, *Rev. Nutr*., Campinas, v.16, n. 4, p. 483-492, out./dez., 2003.

GASTRONOMIA, Vida Brasil, 2003. Disponível em: http://www.vidabrasil.com.br/exibe_noticias.asp?cod_noticia=698&edicao=328&data=15/5/2003. Acesso em: 25 de abr. 2008.

GIDDENS, A. *Modernidade e Identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

GÓES, J. A. V. *Mudanças de Hábitos Alimentares e Saúde: um estudo em Fast Food*. Salvador, 2005. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) – Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia.

GOODY, Jack. *Cooking, Cuisine and Class*. A study in comparative sociology, Cambridge: Cambridge University Press, 1982.

GRUZINSKI, S. *La pensée métisse.* Paris: Fayard, 1999.

GUIVANT, J. S. Os Supermercados na Oferta de Alimentos Orgânicos: Apelando ao estilo de vida ego-trip. *Ambiente & Sociedade* ,v. 6, n. 2, jul./dez. 2003.

HUBERT, A. Introduction. In: HUBERT, Annie. *Corps de femme sous influence. Questionnner les normes. Les Cahiers de l'Ocha*, Paris, 2004. Disponível em: www.lemangeur-ocha.com. Acessado em : 16 set. 2004.

KAUFMANN, Jean-Claude. *Casseroles, amour et crises*. Ce que cuisinier veut dire. Paris: Armand Colin, 2005.

KORSMEYER, C. *El sentido del gusto*. Comida, estética y filosofia.. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, 2002.

LE BRETON, D. *Adeus ao Corpo*. Antropologia e Sociedade. Campinas: Papirus, 2003.

LEVENSTEIN, H. *Paradox of Plenty*: A Social History of Eating in Modern America. Berkeley: University of California Press, 2003a.

LEVENSTEIN, H. *Revolution at the Table*: The Transformation of the American Diet Berkeley: University of California Press, 2003b.

LÉVY, P. *O que é virtual?* São Paulo: Ed. 34, 1996.

LEVY-COSTA et al. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). *Saúde Pública*, v. 3, n. 4, p. 530-40, 2005.

LIPOVETSKY, G. *A terceira mulher*. Permanência e revolução do feminino. São Paulo: Companhias das Letras, 2000.

LUPTON, D. *Food, Body and the Self*. London: Sage Publications, 1996.

MACIEL, E. Identidade Cultural e Alimentação. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA; Rosa Wanda Diez (orgs). *Antropologia e Nutrição*: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005.

MANDRESSI, R. Dissections et anatomie. In: CORBIN, A.; COURTINE, J.-J.;VIGARELLO, Georges (org). *Historie du Corps*. 1. De la Renaisssance aux Lumières. Paris: Éditions du Seuil, 2005.

MANDRESSI, R. *Le Regard de l'Anatomiste*. Dissections et invention du corps en Occident. Paris: Seuil, 2003.

MANSFIELD, A.; MCGINN, B. Pumping Irony: the muscular and the feminine. In: SCOTT, S.; MORGAN, D. *Body Matters*. London: The Falmer Press, 1993.

MAUSS, M. As técnicas corporais. In: MAUSS, M. *Sociologia e Antropologia*. São Paulo: EPU, 1974.

MENNELL, S; MURCOTT, A. VAN OTTERLOO, A. *The sociology of food*: eating, diet and culture. London: Sage Publications, 1993.

MENNELL, S. On the Civilizing of Appetite. In: FEATHERSTONE, Mike; HEPWORTH, Mike; TURNER; Bryan. *The Body*: Social Process and Cultural Theory. London: Sage Publications, 1991.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Dia Mundial da Alimentação:* Agricultura e diálogo intercultural. Estilo Brasileiro de Comer. Disponível em www.saude.gov.br. Acessado em 17 dezembro 2005.

MONTANARI, M. *A fome e a abundância*: história da alimentação na Europa. Bauru, SP: EDUSC, 2003.

MONTEIRO et al. Mudanças na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996) *Rev Saúde Pública*; v. 34, n. 3, p. 251-8, 2000.

MORGAN, C.M; AZEVEDO, A. M. C. *Transtornos Alimentares e Cultura: Notas sobre a Oitava Conferência em Transtornos Alimentares*. New York: 1998. Disponível em: <http://polbr.med.br/arquivo/tralimen.htm>. Acesso em: 23 set. 2003.

MORIN, E. Rationalité et rationalisation. In: FISCHLER, Claude (org). *Pensée magique et alimentation aujourd'hui*. Les Cahiers de l'OCHA n°5, Paris: Autrement, 1996.

MOURA, M. Etnocenologia e etnoculinária do acarajé, de Vivaldo da Costa Lima. In: ESCOLA DE TEATRO. UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA. Etnocenologia e suas aplicações, *Coleção Cadernos do GIPE-CIT*, n. 1, Salvador, nov. 1998.

NEMEROFF, C. J. Tabous Americáines. In : FISCHLER, C. *Penser Magique et alimentation aujourd'hui.* Les Cahiers de l'OCHA n. 5, Paris, 1996, In C. Fischler (Ed.), *Manger magique: Aliments sorciers, croyances comestibles*. Paris: Editions Autrement. 1994.

NORDESTE ACOMPANHA CRESCIMENTO DA INDÚSTRIA DO BEM-ESTAR. Trama comunicação, 10/10/2006. Disponível em: http://www.tramaweb.com.br/cliente_ver.aspx?ClienteID=164&NoticiaID=3552. Acesso em: 21 abr. 2008.

O FITNESS VERDE E AMARELO. Revista Época. Edição 413, 17 abril 2006. Disponível em: http://revistaepoca.globo.com/Epoca/0,6993,EPT1178149-5513,00.html. Acessado em 21 de abril de 2008.

OLIVEIRA, F. de. *O elo perdido*: classe e identidade de classe na Bahia. São Paulo: Ed. Fundação Perseu Abramo, 2003.

OLIVEN, R. G. *Cultura e modernidade no Brasi*l. São Paulo: Perspectiva, 2001.

ORTIZ, R. *Mundialização e cultura*. São Paulo: Brasiliense, 2003.

ORY, P. Corps et Pratiques Quotidiennes, XXeme siecle. Notas do Seminário: L'historie des practiques corporelles. École de Hautes Études em Sciences Sociales, Paris, 31 mar. 2005.

PEREIRA, J. B. B. A linguagem do corpo na sociedade brasileira: do ético ao estético. In: QUEIROZ, R. (org). *O Corpo do Brasileiro*: estudos sobre a estética e beleza. São Paulo: Ed SENAC, 2000.

PFIRSCH, J. V. *La saveur des sociétés*: Sociologie des goûts alimentaires en France et en Allemagne. Paris: Presses Universitaires de Rennes, 1997.

PINHEIRO, A.R.O ; GENTIL, P.C. *A iniciativa de incentivo ao consumo de legumes, verduras e frutas no Brasil* : documento base. Brasília: Ministério da Saúde. 2005.

POULAIN, J. P. *Manger aujourd'hui*. Attitudes, normes et pratiques. Paris: Éditions Privat, 2002.

POULAIN, J. *Sociologies de l'alimentation*. Les Mangeurs l'espace social alimentaire. 2. ed. Paris: Paris Presses Universitaires de France, 2003.

PROUST, M. *O Tempo Recuperado*. Em Busca do Tempo Perdido v. 7, Rio de Janeiro: Ediouro, 1995.

RABINBACH, A. *The Human Motor*: energy, fatigue, and the origins of modernity. Berkeley: University of California Press, 1992.

RISÉRIO, A. *Caymmi: uma utopia de lugar*. São Paulo: Perspectiva; Salvador: COPENE, 1993.

______. *Uma História da Cidade da Bahia*. Rio de Janeiro: Versal, 2004.

SADIA. Disponível em : www.sadia.com.br. Acessado em: 6 mar. 2006.

SANT'ANNA, D. Bom para os olhos, bom para o estômago: o espetáculo contemporâneo da alimentação. *Pro-Posições*, v. 14, n.2, maio/ago. 2003.

______. *Corpos de Passagem*, São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SANTOS, L.A.S. *Comida, trabalho e gênero*: Notas sobre a evolução do saber-fazer alimentar no Brasil. Trabalho não publicado, 2003a.

______. *Refletindo sobre o gosto alimentar a partir da obra La Distinción de Pierre Bourdieu*. Trabalho não publicado, 2003b.

______. *Da anorexia à obesidade*: algumas considerações sobre o corpo na perspectiva do gênero. Trabalho não publicado, 2002a.

______. *Da dieta à reeducação alimentar*: uma nova disciplina alimentar para o corpo moderno no século XXI?. Trabalho não publicado, 2002b.

______. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. *Rev. Nut*., Campinas, v. 18, n. 5, p. 681-692, set./out., 2005.

SENNETT, R.. *Carne e Pedra*: o corpo e a cidade na civilização ocidental. Rio de Janeiro: Record, 2003.

SFEZ, L. *A saúde perfeita*. Crítica de uma nova utopia. São Paulo: Unimarco / Loyola, 1996.

SIBILIA, P. *O Homem Pós-Orgânico*: corpo, subjetividade e tecnologias digitais. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 2003.

SILVA, L. F; FABRINI FILHO, L C. Complexo Avícola e Questões Sobre Hábito Alimentar. *Cadernos de Debate*, v. 2, São Paulo, p. 41-61, 1994.

SODRÉ, J. O corpo na cultura afrobaiana. Palestra proferida no Seminário *O Corpo da Imagem e a Imagem do Corpo,* Salvador, EBA/UFBA, março, 2004.

TONIAL, S. *Desnutrição e Obesidade*: Faces contraditórias na miséria e na abundância. Recife: IMIP, 2001.

TURNER B. The Discourse of Diet - FEATHERSTONE, Mike; HEPWORTH, Mike; TURNER; Bryan. *The Body:* Social Process and Cultural Theory. London: Sage Publications, 1991.

VELHO, G. *Individualismo e Cultura*: Notas para uma Antropologia da Sociedade Contemporânea. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2005.

VERÍSSIMO, L. F. *A Mesa Voadora*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

VIANNA, H.. *Antigamente era assim*. Rio de Janeiro: Record; Salvador: Fundação Cultural do Estado da Bahia, 1994.

VIGARELLO, G. Le corps travaillé. Gynnastes et sportifs au XIXe siècle. In: CORBIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (org). *Historie du Corps*. 2. De la Révolution à la Grande Guerre. Paris: Éditions du Seuil, 2005a.

VIGARELLO, G. S'exercer, jouer. In: CORBIN, Alain; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, Georges (org). *Historie du Corps*. 1. De la Renaisssance aux Lumières. Paris: Éditions du Seuil, 2005b.

VIGARELLO, George. *Le decrire du corps*. Notas do Seminário: L'historie des practiques corporelles. École de Hautes Études em Sciences Sociales, Paris, 14 abril, 2005c.

VIGARELLO, G. *História das Práticas de Saúde*: a saúde e a doença desde a Idade Média. Lisbora: Ed Notícias, 1999.

______. O corpo inscrito na história: imagens de um arquivo vivo. *Proj. História*, São Paulo: EDUC, n. 21, p. 225-36, nov. 2000.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Physical Status: The use and Intepretation of Anthropometry. *Who Technical Report Series*, no 854. Geneva, 1995.